
中国名菜譜
第七輯

中 国 名 菜 譜

第 七 輯

輕 工 业 出 版 社

1960年 · 北 京

內容介紹

川菜的烹飪艺术，在中国菜中有很高的声誉，它素以麻、辣、味厚著称，川菜中又以成都風味为最有名，有“川味正宗”之称。近年来重庆市飲食業亦較發达，它繼承並發揚了省內各地的烹調經驗。本輯为川菜專輯，介紹了川味名菜一百一十七种，名小吃三十二种，都是成都、重庆兩地特別著名的菜肴和小吃，其中包括人所熟知的烤酥方、豆渣猪头、清湯白菜等名菜，以及紅油水餃、夫妻肺片、灯影牛肉等名小吃。此外，为了繼承四川省广大农村宴会酒席的技艺，和适应今后人民公社逢年过节聚餐的需要，还介紹了該省傳統的“十八碗”“九大碗”（又称三蒸九扣）中的菜肴十三种。

本輯是商業部飲食服务局在四川省商業厅、成都市第二商業局和重庆市商業局的大力支持下，組織当地名厨师編写而成的，並經过各名厨师的集体审查。对原料用量和制作方法，都根据实际經驗詳尽而准确地作了介紹，可供全国各地飲食業从業人員、厨师和厨师訓練班师生，以及公共食堂工作人員学習和参考。

中国名菜譜
第七輯
商业部飲食服务局編
*
輕工业出版社出版
（北京市广安门内白广路）
北京市書刊出版业营业許可証出字第[illegible]号
北京市印刷一厂印刷
新华書店科技發行所發行
各地新华書店經銷
*
787×1092毫米 1/32 · 7 12/32 印張 · 1[illegible],000字
1960年1月第1版
1960年1月北京第1次印刷
印數 1—8,000 定价 (10) 0.[illegible]2元
統一書号：15042·804

目录

川味名菜





四川"三蒸九扣"中的名菜

名 小 吃

川味名菜

一、烤酥方

（从一至三二共三二种菜，根据成都市成都餐厅[1]制作經驗整理）

（一）原　料

生猪肉	一方（約十五斤）	香油	五錢
甜醬	四兩	葱	一斤
蒜	四兩		

（二）制作方法

1. 选料及处理　选厚膘連皮帶肋骨肉一方，橫、長一尺，寬九寸，重十五斤左右，肉皮須平整沒有凹凸者。先摘淨茸毛，刮洗干淨。然后肉皮向下、排骨向上放于案板上，用直徑二分粗的尖头竹签，在排骨縫中瘦肉上刺上若干气眼。刺的深度，以接近肉皮为合适，但不要把肉皮刺破（圖1）。然

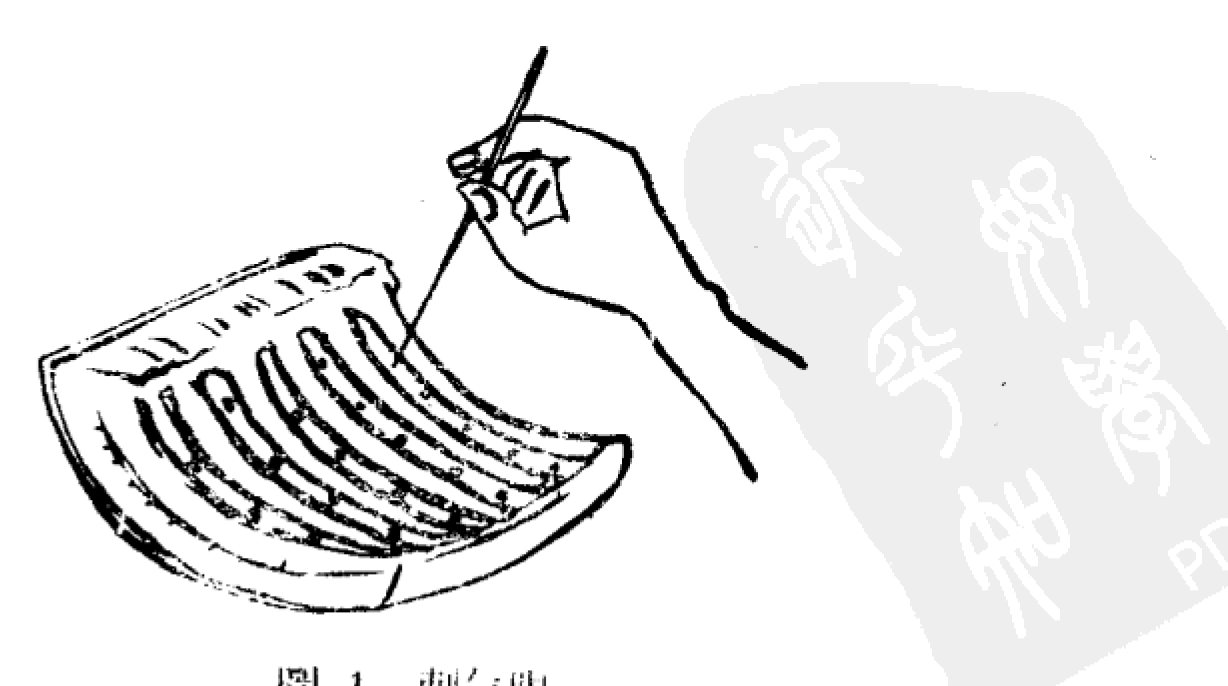


圖1　刺气眼

后將它晾干水，用鉄質二股烤叉一把，由排骨之下，肥肉之上的瘦肉中叉进去(圖 2)，叉尖伸出肉方外約一尺左右。

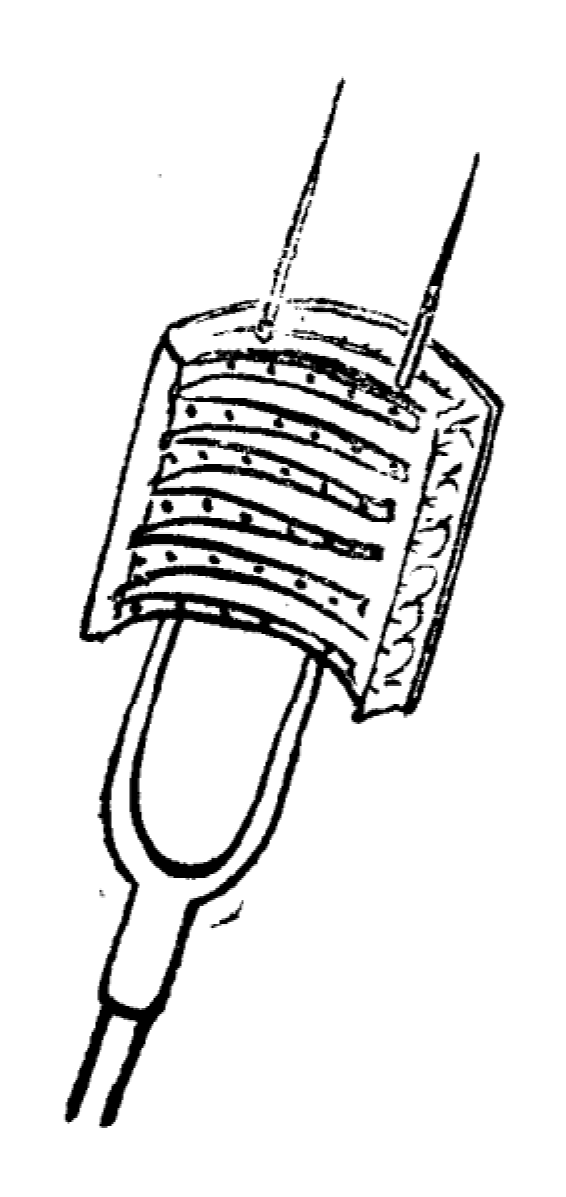


圖 2 叉肉

2. 出坯 取干柴十斤，先用二斤放爐內燒燃，爐中火苗燎出爐口一尺至二尺（須經常保持这种火苗，火苗不均匀时加柴），随,即手拿叉柄，將肉方的皮向着火苗，排骨向上(勿着火)在火苗上燎。一面調剂火候，一面手拿叉柄 左右 擰动。擰动的角度是：先把肉方擰至肉皮与地平成八十五度后，再擰过去成同样的角度。这样反复来回擰动。擰动的速度是：中間稍稍快，兩端稍停。着重燎肉方的四周和四角，燎至肉皮上的毛眼中好像在沸騰，同时猪皮上比較粗老的皮被烤成一層很薄的黑痂，自行整張地脫落于爐火中（若有的地方沒有落，就說明那里的火候还不够）。然后將肉方挪开爐火，用淨布擦淨叉尖，取下放入溫水中，用布帕洗淨。通过出坯，肉皮比原肉皮薄，保留的肉皮約半分厚，皮上微微現出蜂窩形狀的花紋，帶牙黃色，本道工序即成。待本菜上席前二十分鐘，再进行烤酥的工序。

3. 烤酥 用青磚二十四塊，在平坦的地坪上嵌一烤池。用細煤渣灰五斤平鋪在烤池底，將槓炭八斤燒紅，平放（不要立放，立放便要伸出火苗，烤酥时严忌火苗）在烤池之中。再將肉方由原叉眼中叉好，放于烤池上，肉皮向火，排骨向上(圖 3)，同样手拿叉柄左右擰动。擰动的角度与出坯相同，但

速度稍快。烤至肉方出油时，將烤池內的紅槓炭檢于烤池四周，前后兩端多放一些，去淨池心的火星，以免肉方的油滴于火上，引起火苗），繼續擰动着烤。此时肉方皮上的油很多，为了使它在肉皮上流来流去，把皮燙酥，而不掉下来，故擰动速度宜再快些。烤至肉皮成金黃色时，可以用刀尖試驗一下是否酥泡，方法是：用手指捏着刀叶，只留一分長的刀尖在外，將肉方拿离烤池，用刀尖在肉皮上連錐几下，如發出酥泡的响声为合格。然后將香油三錢刷于酥皮之上，用淨布擦淨叉尖，取下酥方，酥皮向上放于大圓盤中。

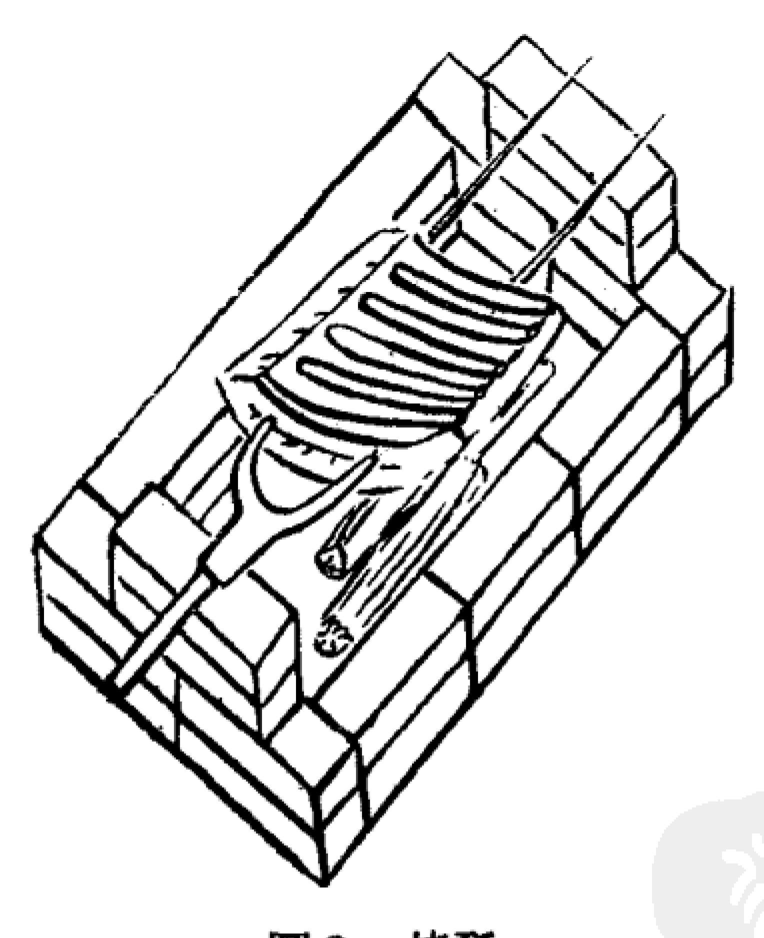


圖 3　烤酥

4.　鏟皮上席　用刀尖在酥皮上鍥一十字，所鏟下的酥皮切成一寸半長、七分寬的条方片，照原样摆于肉方之上。另外，給每位顧客配湯盃一个，內盛加味特級清湯② 二兩；三寸手碟一个，內盛蒜片、甜醬（甜醬中加香油二錢攪匀）、葱白段（一寸半長）三段；再配五寸平盤一个，內盛点心兩塊，連同酥方一同上席。

5. 吃法 一般只吃酥方皮，不吃肉。肉可用来做回鍋肉，别有風味。

(三) 注意事項

烤方需要一定技术，操作中稍不注意，就会發生質量事故。易于發生的質量事故及其补救方法如下：

1. 方皮鼓泡 鼓泡在“出坯”和“烤酥”中都会發生。其原因是汽眼刺得不好，或撑动角度太大。补救方法是：把肉方拿离烤池，用尖头竹签在鼓泡的附近由瘦肉中刺眼放汽。若鼓泡太大，可用刀將鼓泡的皮割去，抹上蛋清团粉，稍抹厚点，再繼續烤。

2. 硬皮 發生硬皮的原因是“出坯”时火候不匀，或烤酥时撑动角度太小。补救方法是：將肉方拿离烤池，在池中撿紅槓炭一塊（炭的大小与硬皮相等），逼近硬皮处烤至微焦；再用小刀將烤焦处之皮刮去一層，繼續上烤池烤。

3. 爛皮 發生爛皮的原因是出坯时撑动速度太慢，以致肉皮被燒爛。补救方法：用蛋清团粉抹爛皮处，厚厚地抹一層，再繼續上烤池烤。

4. 漏油 在选料或刺汽眼沒有注意，皮上有眼就会漏油。在烤酥时，可用蛋清团粉抹严，再繼續烤。

(四) 特　　点

此菜一般是高貴筵席的配菜，色彩金黄，美观大方，吃时酥香，脂肪特多。而爽口不膩。

---

① 成都餐厅于1958年开設于成都市西东大街，規模較大，設备齐全，为成都市高級宴会場所。該餐厅有原成都著名的正兴园、荣乐园（均已歇業）的名厨师謝海泉、張守助、孔道生、張松荣、曾国华、賴世华、毛齐成等十余人，他們不但繼承了川味烹調技术，並且还有所發揚，深受顧客贊美。

② 特級清湯

(一) 原　　料

老母鷄	一只(三斤)	老肥鴨	一只(三斤)
火腿蹄子	一只	火腿棒子骨	一斤
排骨	二斤	鷄脯肉	三个
猪生瘦肉	五斤	清水	三十斤

(二) 制作方法

1. 將鷄、鴨宰杀，去毛，去內臟。蹄子、棒子骨刮洗干淨。生瘦肉、雞脯肉都分别用刀背捶成茸。

2. 湯鍋放爐上，將棒子骨、排骨、蹄子、雞、鴨依次放入湯鍋中，倒入清水二十五斤，用旺火燒开，去淨泡沫，炖一小时。而后撈出，漂于溫热水中。用猪肉茸一斤，加清水一斤兑勻調散，倒入湯鍋中；待瘦肉和泡沫浮起时，用漏勺打淨。將雞、鴨、蹄、骨等用热水洗淨，放于湯鍋中，用微火熇半小时，將雞、鴨撈出另作别用，再將各骨撈出漂溫水中。然后將猪肉茸四斤，加清水三斤調散倒于湯鍋中；待肉茸浮起时，用漏勺把它挤成四至五个肉餅。再將湯面浮油吹淨，將各骨用溫水洗淨，輕輕放入湯鍋中；隨后將肉餅放于各骨之上，用小微火熇。此时湯已变色，很象料酒顏色。雞茸內加清水一斤調散，待使用清湯时，再將雞茸倒入湯中，待泡沫和肉茸浮起后，將泡沫和肉茸打去，即成清湯。

二、罈 子 肉

(一) 原 料

猪肘子	一个(五斤)	肥母雞	一只(四斤)
肥鴨	一只(四斤)	肥瘦火腿	一斤
冬笋	三斤	口蘑	二兩半
海參	半斤	魚翅	半斤
墨魚	半斤	蠔杜	二兩半
大金鈎	二兩半	雞蛋	十个
干团粉	二兩半	猪骨	二斤
料酒	四斤	开水	十二斤
醬油	半斤	深色醬油	三兩八錢
冰糖汁①	二兩半	精鹽	一錢九分
大姜	二兩	大葱	四兩
胡椒	三十顆	猪油	二斤(耗三兩)

（二）制作方法

1．海参用溫水泡十六小时，洗淨泥砂、挖去腸臟，切成長一寸、寬六分的条方塊；用二湯汆二次，用清水漂冷心，再用淨布一方包好。魚翅用溫水泡十分鐘，洗淨上面的膠水，去淨子骨和杂質，放入大碗中，加清水一斤半，上籠蒸一小时，出籠滗去水；再用二湯汆一次，用清水漂冷心，用稀眼淨布一方包好。蜹柱用溫水泡十分鐘，洗淨后用稀眼淨布包好。口蘑用溫水泡五分鐘，洗淨泥砂，去淨根和杂質，用稀眼淨布包好。大金鉤洗淨。墨魚用溫水泡半小时，去淨骨和杂質，將每条撕成兩半。猪骨洗淨。猪肘子肉去淨茸毛，刮洗干淨，切成四大塊。肥母雞宰杀，去毛，去腸臟，切成兩半，每半再切成兩塊。肥鴨宰杀，去毛，去腸臟，洗淨后切成兩半，每半再切成兩塊。肥瘦火腿刮洗干淨，切成一寸二分長、六分寬的条塊。冬笋去壳，去老根，取用嫩尖部分，切成一寸二分長，六分寬的条塊。

2．鍋中倒入清水十斤，放入雞蛋，用旺火燒开；再將猪骨、猪肘子、雞肉、鴨肉等放入鍋中煮五分鐘。随后全部撈出，放入清水中漂冷心，洗淨肉上泡沫，將猪骨、猪肘子、雞肉、鴨肉盛入碗中待用。煮熟的雞蛋去壳，漂入清水中；再把鍋中水倒去，放入猪油燒紅，將去壳雞蛋由水中撈起，瀝去水分，放入干团粉中裹滿团粉，放入油中炸成深黃色，撈出待用。

3．大姜洗淨拍松。大葱去鬚洗淨。用稀眼淨布一方將大姜、大葱、胡椒等包好待用。

4．准备干鋸末二十斤，在平整干燥的地坪上，安上鉄質三脚架（高五寸）。架內倒上鋸末五斤，架底处的鋸末留一空窩，內放燒紅的杠炭三段（每段長約五寸），再把大口料酒罈

（內外有釉子、無裂璺（音問）者）一个安于三脚架上。然后將猪骨墊于坛底和坛內四周，再將开水、料酒、大姜、葱布包、精鹽、深色淺色醬油、火腿、猪肘子肉、雞肉、鴨肉、冬笋、口蘑布包、墨魚、蠔柱、大金鈎、冰糖汁等依次放入坛中。用紙封固罎口，再把鋸末十五斤堆于坛外四周（圖 4），煨四、五小时（在煨的过程中，要有專人負責看火，不能用旺火，也不能断火）后，撕去坛口草紙，將魚翅布包、海参布包、炸好的雞蛋放入坛中，再煨半小时即成。



圖 4　燒坛子肉

5．此菜吃法有兩种：一种是將各种肉分开，分別裝盤上席；另一种是將各种肉分小，鑲盤上席。此菜一般适于冬季制作，一次吃不完，可以分几次吃。上述配料可供二十人吃一餐。

（三）特　点

此菜在成都著名已久，由于用料复杂，水分較少，加之封固坛口微火煨燶而成，保持了各种材料的原汁和原气。因此，菜呈金紅色，鮮艳美观，肉極炬② 爛鮮美而濃香，可家常自

吃，又可用于筵席。

---

① 冰糖汁

(一) 原料

冰糖 四两　猪油 二两　开水 四两

(二) 制作方法

鍋放爐上，用旺火燒紅，倒入猪油燒开。再將冰糖放入油中，炒成老黃紅色，倒入开水燒开即成。

② "炟"音"怕"，陰平声，系四川土語。意思是肉爛了，但仍保持体态的完整。

三、紅燒雪猪

(一) 原　料

鮮雪猪肉①	一方(三斤)	雞肉	二斤
肥瘦火腿	二兩半	香菇	一兩
冬笋	半斤	特級清湯	二斤
八角	一錢	草果	一錢
大姜	一兩	大葱	二兩
料酒	三兩	撈糟	一兩三錢
花椒	十六顆	胡椒	十顆
深色醬油	一兩三錢	淺色醬油	六錢三分
精鹽	六分	冰糖汁	六錢
味之素	三分		

(二) 制作方法

1. 香菇用溫水泡十分鐘，刮淨泥砂，淘洗干淨，切成三分大、五分長的条塊，冬笋去壳、去老根，只用嫩尖，横切成三分厚，五分長的条塊。火腿刮洗干淨，切成三分厚、一寸六分長的条塊。猪肉和雞肉先摘淨茸毛，刮洗干淨，切成二寸見方的塊。大姜拍松和大葱洗淨，連同花椒、胡椒、

草果、八角等用稀眼布包好待用。

2. 鉄鍋放爐上，放入清水四斤，將雪猪肉、雞塊一起放入鍋中，煮二、三分鐘，去凈血水泡沫，然后撈出，在清凉水中漂冷心，清洗干凈待用。

3. 沙鍋放爐上，放入特級清湯二斤，再將料酒、㮟糟、大姜、葱布包、深色淺色醬油、精鹽等全部放入燒开。然后將切好的雞塊、香菇、冬笋、火腿、雪猪肉等放入，用旺火燒开，再用草紙封固鍋口。随后改用微火煨二小时。这时各种原料都已𤆵爛，撕去鍋口草紙，取出葱、姜布包不用；用鉄漏勺將菜舀入大圓盤中，雪猪盖在面上。再將砂鍋中的原汁加味之素，用旺火熬釅，淋于菜上即成。

(三) 特　点

此菜色紅發亮，肉𤆵味濃，脂肪特多。

---

① 雪猪：俗名土撥鼠（如圖5）。产于四川高原和西藏地区。肉白嫩，脂肪多，故当地居民称为雪猪。



圖5 雪猪

四、豆渣猪头

(一) 原　料

整猪头	一个(九斤)	生細豆渣	一斤半
猪油	一斤一兩	特級清湯	三斤
料酒	半斤	糖糟	二兩半
冰糖汁	一兩	精鹽	六分
深色醬油	一兩三錢	淺色醬油	一兩九錢
八角	二錢	草果	二錢
大姜	六錢八分	大葱	一兩八錢
花椒	二十顆	胡椒	十六顆
味之素	三分		

(二) 制作方法

1. 猪头一个(不要猪耳),連骨毛重九斤,先用鉄皮夾子摘净猪毛,凹縫中的毛可用鉄釬燒紅烙去,注意所有毛必須去净。随后再用小刀刮洗,剔去骨头,去净肉中一切骨渣。再用清水刮洗一次,將猪骨用刀拍散,用清水洗净。然后將大鍋放火爐上,倒入清水十斤,將猪头肉和猪头骨一起放入,用旺火煮五分鐘后撈出,再用清水全部刮洗干净待用。

2. 豆渣放蒸碗中,上蒸籠蒸二十分鐘,出籠晾冷,用净布包着挤干水。鉄鍋放爐上燒紅,倒入猪油(五兩)燒开,再放入豆渣,用微火炒五分鐘,炒时注意常用鉄勺撥刮鍋心,以免豆渣巴鍋。炒至油和豆渣合为一体时,再加猪油(四兩),繼續用微火炒五分鐘,然后加猪油(二兩)、深色醬油(二錢半)、淺色醬油(二錢半)繼續用微火炒,要炒酥炒香,炒至豆渣不吸收油并且吐油时泌去余油,起鍋待用。

3. 姜、葱洗净,用刀把大葱拍松。用稀眼净布把大姜,

大葱、花椒、胡椒、八角、草果包好待用。

4. 用大口砂鍋一个，將特級清湯、料酒、捞糟、冰糖汁、精鹽、深色淺色醬油、大姜、葱布包一起放入，再放入猪头骨，随后將猪头肉放在猪骨之上，用旺火燒开。然后將砂鍋口用草紙封固，改用微火煨四小时左右，撕去草紙，捞出猪头肉盛入大圓盤中。再將砂鍋中的原汁倒入鍋中熬釅，然后放入炒好的豆渣与味之素炒匀，淋于猪头肉之上上席。

(三) 特　点

此菜为成都名菜，呈深牙黄色，肉𤆵爛而脂肪多，豆渣酥香，下酒佐飯均宜。

五、干燒魚翅

(一) 原　料

魚翅	七兩半	黄秧白菜	半斤
雞肉	二斤	猪肥瘦肉	一斤半
猪油	二兩	肥瘦火腿	一兩三錢
二湯	一斤三兩	深色醬油	六錢
大姜	六錢	醬油	一兩
大葱	二兩	味之素	三分
料酒	二兩	雞湯	一斤三兩
精鹽	二分		

(二) 制作方法

1. 魚翅用溫水泡十五分鐘，洗去上面的膠水，去淨子骨和杂質；放入大蒸碗中，倒入清水一斤半，淹沒魚翅，上籠用旺火蒸四十分鐘，出籠捞出，瀝干水。鍋放爐上，倒入雞湯，加料酒（一兩）；再將魚翅放入，用微火煮五分鐘，捞起，用稀

眼凈布一方包上待用。

2. 雞肉切成塊。猪肉切成厚片。火腿也切成厚片（以上各料只取其味，不上席）。黃秧白菜二顆去边叶，去筋，得心半斤，淘洗干凈；每顆菜心切成六瓣。大葱去鬚洗凈。大姜洗凈拍松。

3. 鍋放爐上，加入猪油（一兩）燒紅；随即放入猪肉、雞肉、火腿等炒散，加料酒、深色醬油（四錢）、醬油、精鹽炒勻。再將大葱、大姜、二湯等全部放入，然后放入魚翅布包𤆵二小时。另用鉄鍋一个放爐上，放入猪油（一兩），再放入白菜心𤆵三分鐘，而后加深色醬油（二錢）、𤆵魚翅的原汁（四兩）煮三分鐘，起鍋盛入大圓盤中。再將魚翅布包解开，將魚翅放菜心上，將原汁泌入鉄鍋中（其它各料可做他用），用旺火熬釅，加味之素調勻，淋于魚翅上上席。

(三) 特　　点

此菜为四川高貴筵席（魚翅席）中久負盛名的头菜，顏色深黃，味鮮美。

六、紅燒鹿筋

(一) 原　　料

鹿筋	一副(二根)	肥母鷄	半只
猪肉	一斤	烏鷄白菜	三顆
料酒	半斤	老姜	二兩
大葱	四根	胡椒面	三分
味之素	三分	精鹽	六分
醬油	一兩	猪油	二兩
二湯	二十一斤		

(二) 制作方法

1. 鹿筋用清水泡一小时，撕去筋上的鹿肉、油皮及一切杂質；切成一寸半長的段。猪肉选連皮五花肉，刮洗干淨，切成一寸半長、二分厚、八分寬的条片。肥母鷄切成七分長、四分大的条方塊。烏鷄白菜去外叶用嫩心，每顆得心二兩左右。老姜切成五塊，每塊重約四錢，拍松。

2. 將鍋放在爐上用旺火燒紅，放入猪油四錢，再放入老姜四錢、大葱一根，稍炸，随即放入二湯五斤、料酒一兩，再將鹿筋段全部放入湯中煮十五分鐘撈出；鍋中各料倒去不用。按上述用料和作法再繼續煮三次，把鹿筋撈出待用。

3. 將猪油四錢放入鍋中，再放入猪肉、鷄塊炒散，然后加入大姜（四錢)、料酒（一兩)、二湯（一斤）和味之素、醬油、精鹽、鹿筋段等燒开；再全部舀入砂鍋中，用微火煨至鹿筋𤆵时为度。

4. 將另一口鍋放爐上，舀入四兩燒鹿筋的湯，再將淘洗干淨的烏鷄白菜心放入，煮𤆵后起鍋，盛入大圓盤中。然后把砂鍋中鷄塊撈出，盖在白菜上；再把砂鍋中鹿筋撈出，有次序地摆在鷄塊上。砂鍋中的湯泌入鉄鍋中，用旺火熬釅，淋于盤中菜上入席。

(三) 特　　点

鹿筋是山珍中一种，富于营养，故較名貴。因鹿筋有羶味，以紅燒为宜。

七、紅燒熊掌

(一) 原　　料

熊掌　　一对(三斤)　　肥母鷄　　半只

猪肉	二斤	料酒	一斤
大葱	二斤	大姜	二兩半
猪油	二兩半	精鹽	七分
醬油	六錢	胡椒面	三分
味之素	三分	二湯	二十二斤

(二) 制作方法

1. 选肥嫩熊前掌一对，重約三斤左右（重量不包括熊腿），放入清水（十五斤）鍋中用旺火煮一点半鐘，撈出，去净茧巴，用鉄夾子摘淨茸毛，刷洗干淨待用。

2. 將肥母鷄切成七分長、四分大的条方塊。选連皮肥瘦猪肉二斤，切成一寸半長、二分厚的条方片子。大葱掐去葱須和老皮，切下葱白待用；再將葱叶分成三份待用。大姜分切为四塊（每塊五錢），拍松。

3. 將鍋放爐上燒紅，倒入猪油五錢，再放入大姜五錢、葱叶一份稍炸，随即加入二湯（五斤）、料酒（二兩）和熊掌，煮十分鐘后撈出熊掌，倒去鍋中各料不用。按此作法和用料再繼續煮三次后，撈出熊掌把骨剔尽。

4. 猪油五錢入鍋，放入猪肉、鷄塊炒散，再加入醬油、大姜（五錢）、精鹽、二湯（二斤）、胡椒面、味之素、料酒（二兩）、葱白、熊掌等，用微火燒㸆。然后取大圓盤一个，先將鍋中葱白撿入，再將熊掌掌心向上盖在葱白上。鍋中鷄肉等物撈去不用，用旺火將原汁熬釅，淋于熊掌上入席。

(三) 特　　点

此菜肉爛味香，宜用于高級筵席。因熊掌羶味大，处理过程要細致。

八、清炖鹿冲

(一) 原　料

鹿冲①	二副	猪肘子肉	一斤半
肥母雞	一斤半	料酒	二兩半
胡椒面	三分	味之素	三分
花椒	七粒	精鹽	六分
大姜	一兩二錢	大葱	二兩
清水	十九斤		

(二) 制作方法

1．鹿冲刮去粗皮和杂質，再破开刮净里面的粗皮和杂質，用清水洗刷干淨，切成一寸半長的段。肥母雞切成七分長、四分厚的条方塊。猪肘子肉刮洗干淨。大姜切成四塊，拍松。

2．鍋中倒入清水五斤，再放入大姜（一塊）、大葱（四錢）、料酒（六錢）和鹿冲段，上爐用旺火煮十五分鐘，將鹿冲撈出，其他各料倒去不用。按上述用料和作法再繼續煮兩次，撈出鹿冲，倒去鍋中其他各料。

3．砂鍋中放入清水四斤，再一起放入猪肘子、雞塊和鹿冲，上爐用旺火燒开，撇去泡沫，加入料酒（七錢）、大葱（八錢）、大姜（一塊）和花椒，用大微火炖一点半鐘；撿去大姜、大葱不用，將猪肘子撈出另做他用。再將精鹽、胡椒面、味之素放入鍋中，改用旺火炖，炖至肉爛湯釅（淨湯重約一斤半左右）即成。

4．用大湯碗一个，先將鍋中雞塊墊于碗底，再撈出砂鍋中的鹿冲，有次序地摆在雞塊上，随后倒入砂鍋中的原湯

上席。

(三) 特　　点

此菜炬而味濃，富于营养。

---

① 鹿冲系公鹿的生殖器。

九、紅燒鴨卷

(一) 原　　料

公鴨子	一只(二斤半)	生猪網油	一斤
鷄蛋	三个	干团粉	一兩三錢
猪肥瘦肉	半斤	鷄腿肉	一只
水發玉蘭片	一兩三錢	瘦火腿	一兩三錢
醬油	三錢	料酒	六錢
精鹽	六分	大姜	二錢
大葱	三錢	二湯	一斤半
口蘑	六錢	猪油	二斤(耗二兩)

(二) 制作方法

1. 口蘑用溫水泡十五分鐘，洗淨泥砂和杂質，去脚，切成細絲。玉蘭片、火腿分別切成一寸半長的細絲。生猪肥瘦肉、鷄腿肉均切成一寸長、四分見方的条方塊。生猪網油切成一寸半寬、二寸長的片。公鴨宰杀、去毛、去腸臟，將鴨头，鴨翅，鴨脚切下剁成塊，再將鴨身上骨头剔淨，然后將鴨肉片成一寸半寬、三寸長的薄片約三十片。

2. 鷄蛋三个去壳，連清帶黃与团粉一起拌勻，成为蛋团粉待用。

3. 將鴨肉片一片平鋪于平盤中，放入口蘑絲、笋子絲、火腿絲各一根，卷成卷，將口蘑、笋子、火腿等絲包在鴨卷

中心。然后取生網油一張平舖淨盤中，網油上滿抹蛋团粉，包在鴨卷皮面上(鴨卷成長圓筒形，長一寸半，直徑四分)。这样做成三十个，以鴨肉片做完为止。

4. 鍋放火爐上，放入猪油燒紅，再放入鴨卷炸；炸至網油現牙黃色时撈出，倒去余油。鍋中留油二兩，上爐燒紅，放入猪肉、鷄肉、鴨头、鴨翅、鴨脚等炒散，再將二湯放入燒开，然后將大姜(拍松)、大葱、精鹽、料酒、醬油一起放入攪匀。另用砂鍋一个，將鉄鍋中各物舀入，其上放入炸好的鴨卷，上爐用微火煨至七分火时，取出鴨卷摆在蒸碗中，摆成卍字形，然后將雞塊放在鴨卷上，再將肉塊、鴨头、鴨翅、鴨脚等放在雞塊上。蒸碗口用消毒草紙封固，放入蒸籠內蒸三十分鐘出籠，撕去碗口草紙，撿去肉塊、鴨头、鴨翅、鴨脚等另做他用，將蒸碗中的雞塊、鴨卷翻扣盤中，揭去蒸碗(鴨卷蓋面，雞塊垫底)。再把砂鍋中的原汁用旺火熬釅，淋于盤中鴨卷之上入席。

(三) 特　点

此菜顏色金黃，吃时粑而嫩，味濃而鮮香，佐酒下飯均宜。

一〇、金錢鴉塔

(一) 原　料

鷄脯肉(去皮)	二兩半	白头韭菜	二兩半
生猪肥膘肉	一兩二錢	精鹽	七分
熟猪肥膘肉	一方(一斤)	醋	一錢三分
熟瘦火腿	二錢	香油	一錢
鷄蛋清	四个	清水	一兩
干团粉	三錢		

(二) 制作方法

1. 取生鷄脯肉去筋，与生猪肥膘肉分别用刀背捶成茸。用瓷盆一个，將鷄茸放入瓷盆中，加清水(五錢)调散拌匀，务使合为一体。再將猪肉茸放人盆中調散拌匀。然后放入鷄蛋清二个，左手抓着盆边，右手用力將各料攪动，攪时要注意順着一定的方向攪，不能改变方向乱攪，否則便要出次品或廢品。攪至各料合为一体、顏色白而發亮、看不出一点杂質时，加精鹽再如前法攪六、七十下。随后加入清水(五錢)再攪四、五十下，便成为“糝”①。

2. 熟猪肥膘肉切成一分厚，直徑一寸二分的圓形片二十四片。选用鮮紅透亮的瘦火腿，先切薄片，再切細絲，最后剁成極細的末。白头韭菜去叶不用，將白头切成三分長的段，漂入清水中。鷄蛋清(二个)与干团粉一起拌匀成为蛋清团粉。

3. 將熟猪肥膘肉圓片二十四片平鋪在大平盤中。用凈布一方在沸水內浸透，挤干水輕輕擦凈肥肉片上的油垢。再用手指粘蛋清团粉在肥膘片上厚厚地抹上一層。然后將盆內“鷄糝”做成直徑六分大的圓珠，放在肥膘圓片上，再用手指粘少許涼水將圓珠抹得圓潤光滑，随即用手指取少許火腿末放在圓珠上使它粘稳，便成为金錢鷄塔。

4. 將鍋放在爐上燒燙，將鷄塔肥膘向下貼于鍋中，烙至肥膘片呈金黃色起鍋，摆在大条圓盤中央。將韭菜白头段由水中撈出，濾干水，放入小碗中，加精鹽(二分)、醋和香油(五分)拌匀；摆人盛鷄塔条盤中的兩端，再將余下香油(五分)淋于鷄塔之上入席。

(三) 特　点

川菜有糝、釀、蒙、貼四大烹調法，此菜制法为其中之一种，用作高貴筵席中“八大菜”之一。形狀美观，底黃、頂

紅，圓珠白，顏色鮮艳，吃時酥香脆嫩，味鮮美，为佐酒佳肴，配鮮菜食用，更別有風味。

① 糁：川菜把上文中所介紹的配料和制作方法而成的半成品叫做"糁"，分"鷄糁"、"魚糁"、"蝦糁"三种。其制作方法都是一样，只是主料（鷄脯肉或魚肉或蝦肉）不同而已。其半成品質量的鑑别方法，以丢一坨在水里而浮出水面的为上品，浮出面积愈多愈好；反之，如沉入水底便是把糁打坏了。

一一、軟炸子盖

(一) 原　料

猪肉	一方(一斤半)	猪油	一斤半(耗二兩)
深色醬油	二錢半	醬油	一錢二分
料酒	一錢二分	雞蛋	五个
干团粉	六錢半	葱油	三兩
甜醬	四錢	蒜	一兩
香油	三分	大姜	二錢

(二) 制作方法

1. 选五花猪肉一方，放入湯鍋內煮三分鐘，去淨血水泡沫，撈出晾冷，去皮，切二分厚的片，盛入大碗中，加料酒，深色、淺色醬油。再把大姜拍松，葱(二錢)切段拌匀，平放于大平盤中，上籠蒸一点半鐘，出籠泌去汁水，晾冷待用。

2. 雞蛋清和干团粉一起拌匀。甜醬和香油一起拌匀。蒜切成片，葱白去鬚洗淨，切成一寸長的段。

3. 鍋放爐上燒紅，將猪油放入燒开。用淨布一方在开水中浸湿，擰干水后，將五花肉片上的油垢擦淨，再用竹筷將肉片一片片地夾起，裹滿蛋清团粉，放入油鍋內炸，炸成黃色、酥皮時起鍋。然后用刀斜切成斜方塊，摆入条盤的一端，另一端摆蒜片、甜醬、葱白段入席。

(三) 特　　点

此菜外酥內爬，顏色金黄。

一二、軟炸腰卷

(一) 原　　料

猪腰	一个(二兩半)	猪肉	二兩
水發玉蘭片	一兩半	胡椒面	一分半
料酒	二錢半	雞蛋	一个
干团粉	五錢	雞蛋清	二个
精鹽	二錢	生猪網油	半斤
植物油	二斤(耗三錢)	葱	二兩半
花椒面	二分	甜醬	二錢半
香油	六分		

(二) 制作方法

1. 选用色白的猪腰，片成兩半，去淨腰臊，再片成整大薄片，順切成細絲。猪肉选肥瘦相連者，片成薄片，切成細絲，長度与腰絲相等。水發玉蘭片去老根用嫩笋尖，片成薄片，横切成細絲。猪網油切成六寸長、二寸寬的片張。葱去叶、去鬚，洗淨，只用白头，切成一寸二分長的段。

2. 雞蛋清二个加干团粉(一錢三分)一起拌为蛋清团粉待用。將雞蛋一个去壳，放入大碗中加干团粉(一錢三分)拌勻，再將腰絲、猪肉絲、笋絲放入，加料酒、胡椒面、精鹽(三分)等一起拌勻。

3. 將猪網油舖入大淨盤中，用手指粘蛋清团粉均勻地抹于網油上；再將拌好的腰絲、肉絲等捏取一部分放于網油上面，摆成一字形裹成長六寸、直徑六分大的圓卷；再將卷

的两头用蛋清团粉粘稳，以免炸时漏餡。將余下的干团粉倒在案板上，擀細舖平，放上腰卷，讓它沾滿細团粉。

4. 鍋放爐上，放入植物油燒紅，再放入蘸上干团粉的腰卷，炸成牙黃色起鍋，横切成六分長的段，擺于条盤的一端；另一端擺甜醬（甜醬中加香油二分攪匀）、葱白段、蒜片。將余下的香油三分淋于腰卷上；另用兩个三寸碟子盛椒鹽（精鹽一錢七分与花椒面二分拌匀）一起上席。

(三) 特　点

此菜外酥內嫩，干香可口，顏色金黃，为下酒佳肴。

一三、軟炸蝦包

(一) 原　料

鮮蝦	一斤	熟猪肥膘肉	四兩
肥瘦熟火腿	一兩	嫩豌豆（或嫩黃豆）	二兩
炎菇	四个	料酒	二錢
胡椒面	一分	味之素	二分
精鹽	一錢二分	鷄蛋清	二个
干团粉	五錢	猪油	二斤（耗二兩半）
豆油皮	五張	蓮花白	四兩
白糖	六分	醋	一錢二分

(二) 制作方法

1. 鮮蝦去壳擠出蝦仁。嫩豌豆去皮。茨菇洗净去皮。猪肥膘肉、火腿去皮，都切成一分方丁。蓮花白去筋去莖，切成一分寬的細絲，漂在清水中待用。豆油皮切成二寸大的片。

2. 將鷄蛋清一个与干团粉三錢在大碗中拌匀，再將蝦

仁、肉丁、火腿丁、豌豆等一起放入，加精鹽（九分）、料酒、味之素、胡椒面等拌匀成为餡。

3. 將切好的豆油皮平舖大平盤中，用手指粘蛋清团粉（用鷄蛋清一个和团粉二錢調成）均匀地抹在豆油皮上。每張豆油皮中央放餡二錢，將豆油皮包起来，每个蝦包長約七分，直徑約五分。將鍋放爐上燒紅，放入猪油，燒至將冒油烟的时候，將蝦包放入，用微火炸成深黃色，起鍋盛入条盤中央。將蓮花白去水，加精鹽、白糖、醋等拌匀，擺在条盤兩端入席。

(三) 特　点

此菜皮酥內嫩，味鮮香，为下酒佳肴。配上鮮菜食用，更別有風味。

一四、清蒸青鱔

(一) 原　料

青鱔	一条（十三兩）	熟猪肥肉	半斤
生猪網油	二兩半	料酒	四錢
胡椒面	二分	花椒	八顆
雞蛋	二个	水發竹蓀①	五朵
特級清湯	三斤	精鹽	九分半

(二) 制作方法

1. 杀鱔：青鱔身上涎水很多，不易捉住，因此，在杀鱔时先在地上舖一堆細炭灰（細煤渣），將青鱔由水中撈出放入炭灰中，任牠在炭灰中爬来爬去粘滿炭灰，就無法逃跑了。这时即用左手按住鱔頸，右手拿一快刀，在鱔魚眼后端距离約一分处，將鱔头一刀斬下，放尽血液。然后用水洗淨鱔身

的炭灰，放在瓦盆中。

2. 去皮：將熱水(水溫高低，可用手試一試，方法是：用手在水中抓三下，覺得燙手，但又燙得不很痛时为合适。飲食業叫它做"三把水"。因为水溫太高时，抓一、二下就会燙手；水溫太低則抓五、六下也不致燙手，这是厨师們的实际經驗）舀二十斤在鱔魚盆中，鱔身被水一燙，鱔皮变色了，並且有的地方鱔皮已离鱔肉，再用小刀輕輕地刮去鱔身的青色外皮，刮后現出一种銀白色的油皮，皮上呈現出美丽的花紋(在去皮过程中切勿將油皮弄破，以免影响外表美观)。

3. 去鱔翅和切段：將鱔平放在案板上，用剪刀將鱔背翅、鱔尾翅、鱔腮边的撥水翅全部剪去，然后由尾部起切段，每段長六分。切至鱔段中發現內臟时，便要改变刀法，不能再一刀切断，須在鱔身四周割一圈將骨刺割断，但不要伤着內臟和弄破苦胆；再左手抓着鱔身，右手拿着鱔段向兩头一扯，便將內臟抽出鱔段。照此作法，將整个鱔魚弄成完整的鱔段。

4. 定碗入籠：用蒸碗一个，先將網油舖于蒸碗中，再將鱔魚一段一段地立放在網油上；把料酒(二錢半)、胡椒面(一分)、精鹽(三分)和花椒一起拌匀，淋于鱔段上；再將猪肉切成一寸長，一分半厚的片，放在鱔段之上。用消毒草紙封固碗口，入蒸籠內，用旺火蒸三十分鐘即成。再用蒸碗一个，放入蛋清二个，冷清湯一兩半一起攪匀，攪至起泡时入蒸籠內蒸十分鐘，成为白色芙蓉蛋。

5. 翻碗上席：將蒸好的青鱔出籠，將特級清湯一斤燒开，舀半斤倒入青鱔蒸碗中，稍待片刻，泌去清湯，再將鍋內下余半斤清湯舀人蒸碗中，再泌去清湯。將青鱔翻扣在大圓盤中，揭去網油不用，將白芙蓉蛋划成四塊，鑲于青鱔四

周。再將水發竹蓀切成六分長的段，在二湯中汆熟，鑲于青鱔四周。再將特級清湯一斤放入鍋中，加精鹽、胡椒面、味之素、料酒等燒开，倒入圓盤中上席。

(三) 特　　点

此菜系湯菜。青鱔肉肥美，特別鮮嫩适口，肥而不膩。

① 水發竹蓀：竹蓀用溫水泡二十分鐘，洗淨泥砂即成。

一五、雞皮魚肚

(一) 原　　料

黃魚肚	三兩	熟雞皮	四兩
蠔柱	一錢	奶湯	八兩
料酒	三錢	精鹽	二分
醬油	二錢半	猪油	一斤（耗二兩）

(二) 制作方法

1．魚肚切成長七分，寬五分的小塊。鉄鍋放火爐上，放入猪油用微火燒至五成热时，將魚肚放入滑五分鐘，撈起晾冷，用刀試切，不頂刀的为合格。再將油燒至六成热，再將魚肚放入滑五分鐘。然后改用旺火把魚肚炸泡，炸时不断用鉄勺將魚肚翻动，使其炸透心；随即撈出，晾冷后放入清水中泡去脆性，撈出放入热米湯中，挤去油垢，再用清水泡脹。蠔柱用溫水浸透，雞皮切成長一寸二分，寬五分的片，一起放入蒸碗中，上籠蒸炉。

2．鍋放爐上，放入奶湯、水發魚肚、雞皮、蠔柱等，再加精鹽、醬油、料酒等煮三分鐘起鍋，盛入大圓盤中上席。

(三) 特　　点

此菜系奶湯菜，一般用于高貴筵席，湯色銀紅，吃时炉

軟味醇。

一六、三菌炖雞

(一) 原　　料

仔雞	一斤半	新鮮三菌①	一斤
精鹽	一錢三分	蒜	二兩半
二湯	三斤	大姜	三錢
大葱	三錢	猪油	二兩

(二) 制作方法

1. 三菌刮去菌身的粗皮和杂質，撕去老筋，除去菌脚，淘洗干淨；再將菌頂大者切成四牙，小者切成三牙；菌莖撕成兩半，切成長一寸二分的段，漂在清水中。肥仔雞連骨剁成七分大的塊。大姜洗淨柏松。大葱去鬚洗淨。

2. 鉄鍋放爐上，放入猪油（一兩），至燒紅时，將大姜、大葱、雞塊放入炒熟，加二湯、蒜等燒开，舀入砂鍋中用微火煨四十分鐘。再將鉄鍋放爐上，再放入猪油（一兩）燒紅，將三菌瀝干水放入，炟二分鐘，倒入砂鍋內，加精鹽，再用微火煨二十分鐘。連湯帶菜一起盛入碗中上席。

(三) 特　　点

此菜系湯菜，呈白色，肉炟菌嫩，湯味鮮美。

---

① 三菌：屬于菌科，其形如傘，白色細嫩味極鮮美。盛产于成都附近山巒中。

一七、口袋豆腐

(一) 原　　料

豆腐	十塊	特級奶湯	一斤三兩
胡椒面	一分	味之素	二分
料酒	一錢	精鹽	六分
开水	一斤	二湯	五兩
草碱	二錢	植物油	二斤(耗二兩半)
鷄油	一錢半		

(二) 制作方法

1. 豆腐去皮，切成一寸長、五分見方的条方塊。將所有的豆腐分为三份。

2. 用鍋兩口，分别放在兩个火眼上。其中一口，放入开水一斤，加草碱二錢，其火候要保持开水的热度、又不至沸騰。另一口鍋燒紅，倒入植物油燒开，取豆腐一份放入，炸成金黃色时用漏瓢撈出，投入草碱开水中泡四分鐘，撈出放入清水中。再取豆腐一份入油中炸好撈出，放入草碱开水中泡五分鐘，撈入清水內；再取豆腐一份入油鍋中炸好，放入草碱开水中泡六分鐘，撈出放入清水內。这种作法是使豆腐变成空心豆腐，但不能使豆腐全部空完，可以用手指按一按，若空完則是碱大了，沒有空則是碱小了。

3. 將豆腐在开水中氽一、二次后放入碗中，再把热二湯倒入攪勻后泌去，再重复操作一次。將特級奶湯舀入鍋中，加胡椒面、味之素、料酒、精鹽等燒开。然后放入豆腐，攪勻起鍋，盛在碗內。將鷄油淋于湯中上席。

(三) 特　点

此菜湯鮮、味濃、豆腐嫩，加入鷄皮、笋衣、綠色鮮菜，即成为三鮮口袋豆腐。

一八、五福魚丸

(一) 原　　料

鮮鯉魚肉	半斤	猪油	二錢
鷄蛋清	二个	精鹽	九分
清水	二兩	菠菜汁	五錢
蛋黄粉	三錢	洋紅食色	四滴
特級清湯	二斤	胡椒面	一分
味之素	四分		

(二) 制作方法

1． 鮮魚肉去筋、去皮、去刺，净重半斤，用刀背捶成茸。把魚茸、猪油、鷄蛋清、清水、精鹽（三分）攪打成为魚糝（其制法見“金錢鷄塔”），再分为五份，分别用五个小碗装好。

2． 鍋放爐上，倒入清水二斤，燒开后移到微火上煨着。魚糝五份，一份做成直徑五分大的丸子；一份加洋紅食色四滴攪匀成桃紅色，做成丸子；一份加蛋黄粉（一錢）、菠菜汁（一錢）攪匀成为綠色，做成丸子；一份加蛋黄粉（二錢）攪匀成为黄色，做成丸子；最后一份加菠菜汁（四錢）攪匀成为深綠色，做成丸子。这几种丸子做成后随即放入开水中。另把鉄鍋放爐上，放入特級清湯，加胡椒面、味之素、精鹽等燒开，再將开水中的五色魚丸放入湯中，稍煮起鍋，盛入大湯碗中上席。

(三) 特　　点

此菜系清湯菜，湯清如水，味鮮爽口，魚丸色分五彩，鮮艳美观。

一九、竹蓀肝膏湯

(一) 原　　料

猪肝	半斤	特級清湯	二斤四兩
雞蛋	二个	竹蓀	一錢三分
胡椒面	三分	精鹽	九分
味之素	三分	大姜	一錢
大葱	一錢	料酒	三錢

(二) 制作方法

1. 竹蓀用溫水泡十分鐘，洗淨，去脚，去淨杂質，用刀橫切成六分長的段，用清水漂着待用。

2. 猪肝去筋，用刀背捶成極細的漿，盛入大碗中，加入冷透的特級清湯(五兩)拌匀，用稀眼凈布濾去肝渣不用。再將大姜、大葱柏松，放入肝汁中，加雞蛋（去壳）二个、精鹽（三分)、胡椒面（一分)、味之素（一分)、用竹筷攪匀，撿去姜、葱倒入蒸碗中，上籠用旺火蒸十五分鐘，汁即变成肝膏。

3. 鍋放爐上，放入特級清湯一斤九兩，再加精鹽（六分)、胡椒面（二分)、味之素（二分)、料酒燒开。然后將竹蓀由漂水中撈出，在二湯中汆一、二次，放入湯中，随即起鍋盛入碗中。再將蒸好的肝膏出籠，輕輕地把整塊肝膏倒入湯碗中上席。

(三) 特　　点

此菜系湯菜，味極鮮美，肝膏細嫩，营养丰富。

二〇、玻璃魷魚

(一) 原　料

干魷魚	二兩半	菠菜心	一兩
特級清湯	二斤二兩	精鹽	五分
胡椒面	一分半	料酒	二錢
味之素	二分	醬油	二錢
草碱	三錢		

(二) 制作方法

1. 先將魷魚放于溫水中泡一小时，淘洗干淨，去头尾，用快刀片成長二寸二分，寬一寸六分的完整、均匀而極薄的片，盛入碗中。再用五成开的热水淘洗一次，泌去热水，随后用草碱拌匀，加入开水八兩，盖上盖，燜到水溫下降至不燙手时，將水泌去一半，再倒入开水八兩加盖燜。如此重复操作三、四次，使魷魚片达到色白、透明、体軟为度，然后用清水漂着待用。

2. 菠菜去外叶不用，但須保持根上有紅色的一段，共得心一兩，淘洗干淨，入开水中氽熟。特級清湯半斤入鍋燒开，放入魷魚片浸三、四分鐘后泌去湯；随后再这样重复操作一次。然后將特級清湯十二兩放入鍋中燒开，加胡椒面、料酒、味之素、醬油等。最后用精緻湯碗一个，將氽好的菠菜心放在碗底，上盖魷魚片，再將鍋中的特級清湯倒入碗中上席。

(三) 特　点

此菜系湯菜，湯清如水，魷魚片色白透明，如同玻璃，吃时湯味鮮美，魚片耙而嫩脆。

二一、清湯白菜

(一) 原　料

黃秧白菜心	一斤半	特級清湯	一斤七兩
精鹽	一錢	料酒	二錢半
胡椒面	二分		

(二) 制作方法

1. 將黃秧白菜四棵去淨边叶，得心一斤半左右。每棵長四寸半，四棵長短一致，大小均勻，每棵切成对半。然后用清水洗淨，漂入清水中待用。

2. 鉄鍋放于大旺火爐上，倒入开水四斤，再放入白菜心煮。煮时不要盖鍋，否則白菜便要变色；煮至八分火[①]时撈出，用清水涮二、三次，务使菜心冷透。然后將白菜有次序地摆入蒸碗中，上加胡椒面（一分）、料酒（一錢）、精鹽（三分）和特級清湯（二兩），入籠用大旺火蒸四分鐘。

3. 鉄鍋放爐上，倒入特級清湯一斤二兩，加胡椒面（一分）、料酒（一錢半）、精鹽（七分）燒开。同时將蒸籠內的白菜出籠，泌去蒸碗中的湯不用，將下余三兩特級清湯均勻地淋在白菜上，务使全部淋透，再將清湯泌去不用，將白菜翻入大湯碗中。最后將鍋中加好味的特級清湯泌入湯碗中上席。

(三) 特　点

此菜味道鮮美，顏色与生鮮菜無異，看来如同一碗开水內放着几棵生白菜，故有“开水白菜”之称。因所用清湯多次清过，沒有一点肉末和渣子。

---

① 八分火即指白菜將爬未爬的时候。

二二、酸辣虾羹湯

(一) 原　　料

鮮牛肉	二兩半	水發茗笋①	二兩半
水發海帶②	一兩半	水發响皮③	一兩半
酥肉丁④	二兩半	蝦湯⑤	十二兩
料酒	二錢	精鹽	六分
醬油	二錢半	胡椒面	三分
味之素	二分半	豆瓣辣醬	二錢半
植物油	一兩	水团粉	一兩半
油辣椒油	二錢	醋	四錢

(二) 制作方法

1. 牛肉选用腿上淨瘦肉，切成三分見方的薄片。水茗笋每根用手撕成兩半，横切为薄片。水發响皮切成二分半方丁。水發海帶切成六分長、一分寬的絲。

2. 植物油入鍋中燒紅，放入牛肉片炒散，再放入豆瓣辣醬与牛肉炒匀起鍋。

3. 將蝦湯倒入鍋中，再放入水發茗笋片、水發海帶絲、水發响皮丁、炒熟的牛肉片，以及料酒、精鹽、醬油、胡椒面和味之素等燒开；随后將水团粉攪匀徐徐倒入鍋中，攪匀燒开，去淨湯面的泡沫；再加入醋，攪匀后即起鍋，盛入碗中。最后淋上油辣椒油，撒上酥肉丁，即时上席。

(三) 特　　点

此菜味道鮮美，酥肉丁非常酥香，并能醒酒，为酒后下飯的佳肴。

---

① 水發茗笋：选用四川茗山干笋尖，用淘米水淘洗干淨，再泡二十四小时，捞出洗淨，用开水汆一、二次，即可使用。

② 水發海帶：干海帶用清水泡一小时后再用清水洗净，即可使用。

③ 水發晌皮：

(一) 原料

猪肉皮	三兩	植物油	一斤(耗三錢)

(二) 制作方法

选猪腿皮晾干。將植物油一斤入鍋上爐燒开，放入肉皮炸泡，撈出入清水中泡一小时便成。

④ 酥肉丁：

(一) 原料

鷄蛋(大的)	一个	猪肉	一兩半
干团粉	三錢	植物油	一斤(耗三錢)

(二) 制作方法

猪肉片成三分厚的片。鷄蛋去壳与团粉一起攪成蛋糊，抹于猪肉上。植物油入鍋燒开，放入抹好蛋糊的猪肉，炸成蛋黃色时撈出，切成三分方丁，再入油中炸酥撈起即成。

⑤ 蝦湯：

(一) 原料

鮮蝦	二兩半	清水	一斤四兩

(二) 制作方法

鍋中放入清水，再放入鮮蝦，上爐用旺火煑五分鐘。即制得蝦湯一斤三兩。

二三、翡翠蝦仁

(一) 原　料

鮮蝦	二斤	青嫩鮮蚕豆仁	二兩半
茨菇	四个	熟瘦火腿	一兩
鷄蛋清	一个	干团粉	六錢
料酒	三錢	精鹽	七分半
味之素	三分	二湯	五錢
猪油	一斤（耗二兩）	胡椒面	二分

(二)制作方法

1. 茨菇去皮，与火腿都分别切成三分方丁。鮮蝦用清水淘洗干净，挤出蝦仁，洗去蝦肉中的杂質，瀝干水；蝦壳

不用。蚕豆选顆粒稍小，色青鲜嫩者，挤去皮，每顆分成兩半。

2． 蛋淸与干团粉五錢半拌匀，加料酒（二錢）、精鹽（三分）、胡椒面（一分），与去干水分的蝦仁共同拌匀，使团粉粘在每塊蝦仁上。將余下的干团粉五分和水四錢，拌成水团粉，再加料酒（一錢）、精鹽四分半、胡椒面（一分），和二湯攪匀成为滋汁。

3． 猪油一斤放入鍋中，上爐燒热。用竹筷一双將蛋团粉和蝦仁攪一攪；蘸上一些蛋淸团粉，入油中試一下，如油現出微微在煮时，便將蝦仁倒入油中，随即用竹筷將蝦仁打散，馬上泌去余油。然后放入火腿丁、蚕豆仁、茯菇丁炒匀，即將滋汁烹入炒匀起鍋入盤。

(三) 特　点

此菜鲜美可口，顏色鲜艳美观。

二四、干煼魷魚笋絲

(一) 原　料

干魷魚	二兩半	冬笋	三兩半
肥瘦猪肉	二兩半	泡紅辣椒	二根
料酒	三錢	精鹽	三分
味之素	三分	醬油	一錢九分
猪油	二兩半	水团粉	一錢
香油	一錢八分		

(二) 制作方法

1． 冬笋除去壳、笋衣和老根，取用鲜嫩部分横切成細絲。猪肉切二寸長的細絲。泡紅辣椒去籽，順切成細絲。选

用大張魷魚，去头尾，横切成細絲，用温水淘洗兩次，去淨泥砂（淘洗时不宜在水中久泡），挤干水待用。

2. 將料酒（一錢）、精鹽、味之素、水团粉等放入小碗中攪勻，成为滋汁。

3. 將猪油入鍋燒紅，放入魷魚絲煸五分鐘，烹入料酒（二錢），再煸一分鐘，即將肉絲放入，与魷魚絲一同炒熟。随后放入冬笋絲、泡辣椒絲炒勻，烹入滋汁稍炒四、五下，再將香油淋于菜上炒勻，即起鍋入盤上席。

（三）特　　点

此菜干香味美，为下酒佳肴。

二五、干煸鱔魚

（一）原　　料

鱔魚（去头尾和骨刺）	一斤	芹菜	二兩半
姜絲	三錢	蒜絲	二錢
植物油	二兩半	豆瓣辣醬	四錢
料酒	二錢半	深色醬油	二錢
精鹽	四分	味之素	二分
花椒面	二分	醋	五分

（二）制作方法

1. 选肚黄、肉厚的大鱔魚肉，用刀切成二寸長的段，再順切成一分寬的絲。芹菜除去叶、根和筋，淘洗干淨，切成九分長的段。

2. 將鍋放在旺火爐上，倒入植物油四兩燒紅，放入鱔魚絲煸炒；煸炒时要不断用手勺翻弄，使煸炒均勻。約煸五分鐘，加料酒、姜絲和蒜絲，炒勻后再煸一分鐘，即放入豆瓣、精鹽和味之素等炒勻，再加入芹菜，翻炒均勻。然后烹

入醋炒匀，馬上起鍋，盛入盤中。最后撒上花椒面即成。

(三) 特　　点

此菜麻、辣、干香，鲜美可口，为下酒佳肴。

二六、陈　皮　鸡

(一) 原　　料

仔鷄	一只(二斤半)	陈皮	二錢
干辣椒	六錢	大花椒	六分
醬油	二錢	精鹽	六分
大姜	三錢	大葱	一根
料酒	二錢半	植物油二斤（耗四兩）	
香油	三錢	白糖	二錢
醋	六分		

(二) 制作方法

1． 选肥嫩仔鷄宰杀后摘净毛，斩去头脚，除去腸臟，剔去骨头、將鷄肉切成六、七分的小塊，盛入大碗中。將大姜、大葱拍松，放入鷄肉中，再加料酒、精鹽、醬油(一錢)一起拌匀，稍腌待用。

2． 白糖、醋、醬油（一錢）放入小碗中攪匀，成糖醋汁待用。

3． 鍋在爐上燒紅，倒入植物油二斤在旺火上燒热。把鷄肉（姜、葱撿去不用）放入油內炸五分鐘左右，呈金黄色时(耗油一兩半)撈出，泌去鍋中余油。將鍋仍放火爐上，再倒入植物油二兩半燒热，放入辣椒、大花椒、陈皮稍炸，随后放入鷄塊，炒匀后即烹入糖醋汁，再次炒匀起鍋入盤，淋上香油即成。

(三) 特　　点

此菜麻、辣、香、嫩，为下酒佳肴。

二七、熘 鴨 肝

(一) 原　料

鴨肝	五副	泡紅辣椒	二根
水發茗笋	二兩	水發口蘑	五朵
葱	三錢	蒜	一錢半
姜	一錢半	猪油	二兩半
精鹽	二分	鷄蛋清	一个
干团粉	二錢	深色醬油	一錢九分
水团粉	二錢	醬油	一錢三分
白糖	二分	二湯	六分
醋	三分	味之素	二分
料酒	三錢		

(二) 制作方法

1. 选色黃完整的鴨肝五副，洗净，片成大薄片。泡紅辣椒去籽，斜切成六分長的段。水發茗笋选用嫩尖，片成寬六分、長一寸的薄片。水發口蘑亦片成薄片。葱去老叶和葱須，洗净，斜切成五分長的段。姜去皮，洗净切成四分見方薄片。蒜亦切成薄片。

2. 將水团粉、醬油、深色醬油、白糖、二湯、醋、味之素和葱段一起放入小碗中攪勻待用。另用大碗一个，將蛋清和干团粉攪勻，加料酒、鴨肝片一起拌勻待用。

3. 鍋放爐上，用旺火燒紅，倒入猪油燒开。將团粉、鴨肝攪勻，放入油中炒散，再將蒜片、姜片、泡紅辣椒、笋片、口蘑片等依次放入鍋中炒勻，随后將小碗中的水团粉等物攪勻，淋入鍋中菜上，炒勻起鍋盛在盤中即成。

(三) 特　　点

此菜味鮮可口，鴨肝極为鮮嫩，顏色鮮艳美观，佐酒下飯均宜。

二八、蟹黄銀杏

(一) 原　　料

生銀杏	一斤	罐头蟹黃	半罐
特級奶湯	一斤	精鹽	五分
胡椒面	三分	猪肉	二兩半
生鷄肉	二兩半	猪油	五錢

(二) 制作方法

1. 生鷄肉切成五分方塊。猪肉选肥瘦相連的，切成五分方塊。

2. 生銀杏（白菓）用釘錘輕輕敲碎，除去外壳。將銀杏仁盛入大碗中，加水鹹三、四滴拌勻；浸一、二分鐘后再倒入开水一斤泡五分鐘，泌去水。然后换溫水加入銀杏仁中，再一同倒入鍋內。將鍋放爐上，用干凈竹刷把(刷帚)，把鍋中的銀杏仁戳去皮，再用手撕去余皮，抽去心，淘洗干凈，用清水漂着待用。

3. 將猪油倒入鍋中，上爐燒紅，放入鷄塊、肉塊炒散，加精鹽(二分)、胡椒面(一分)、特級奶湯（半斤）燒开；再將去皮銀杏仁放入湯中煨，煨至銀杏仁呈現裂縫时撈出。

4. 將特級奶湯（半斤）倒入另一鍋中，同时放入蟹黃、胡椒面、精鹽，用旺火燒开；再將煨好的銀杏仁放入稍煮，即起鍋盛碗上席。

(三) 特　　点

此菜系奶湯菜，在乳白色的湯中現出粒粒金黃色銀杏圓

味，色彩艳丽，味濃郁可口。佐酒下飯均宜。

二九、冰糖銀耳

（一）原　　料

上庄生銀耳	二錢半	冰糖	半斤
鷄蛋清	一个	清水	一斤半

（二）制作方法

銀耳放入溫水中泡一小时，摘去脚，洗淨泥砂，漂入清水中。淨鍋（無油垢者）一口放爐上，將清水一斤三兩和冰糖半斤一起放入鍋中，將冰糖熬化。將鷄蛋清一个兑入清水二兩攪匀后，倒入冰糖水中攪匀，待燒开时去淨水中泡沫和杂質，再把冰糖汁水倒入大蒸碗（选潔淨無油垢者）中。然后將漂好的銀耳捞出放入冰糖汁水中，上籠蒸𤆵（蒸一点半鐘）即成；上席时倒入精致大湯碗內。

（三）特　　点

銀耳是四川特产，营养丰富。

三〇、八宝全鴨

（一）原　　料

肥鴨	一只（三斤）	熟火腿	一兩半
糯米	二兩	口蘑	九錢
苡仁	九錢	精鹽	一錢三分
金鈎	二錢	料酒	四錢
扁豆仁	九錢	胡椒面	二分半
湘蓮子	一兩半	猪油	二斤（耗一兩）
芡实	九錢	草碱	一錢

(二) 制作方法

1. 湘蓮子放入碗中，倒入草碱和匀，漬五分鐘。然后加水一斤倒入鍋中，放爐火上燒至水快开时，用刷帚头戳去蓮子皮，撈出放入清水中，再用手搓去余皮；随后削去頂蒂，抽去心。扁豆淘洗干淨，加水半斤倒入鍋中煮十五分鐘，剝去皮。糯米淘洗干淨，用清水漂五分鐘。苡仁、芡实去淨杂質，用溫水泡十五分鐘。金鈎加溫水一兩浸透使發脹。口蘑用溫水泡十分鐘，淘淨泥沙掐去脚，用刀切成三分方丁。选用去皮肥瘦火腿，同样切成三分方丁。以上八种原料，分别去干水分，一起放入大碗中，加料酒(二錢)、精鹽(六分)、胡椒面（一分）拌匀，上籠蒸三十分鐘出籠，即为“八宝”。

2. 选肥嫩鴨一只宰杀，去毛，洗淨，切去脚。將鴨放于案板上，在鴨頸上（鴨胸上兩寸处）順着頸項开一口，長約二寸半；在咽喉刀口处切断頸額骨，使鴨头与鴨皮整个相連；再从刀口处剔出項骨。然后將鴨子尾部向下立放案板上，將鴨皮連肉翻着往下褪，同时从頸額骨尽头处开始用刀剔除骨头，一直剔到鴨尾。除兩翅不剔骨外，其余骨头須全部剔出不用（在剔骨过程中，必須保持鴨肉的完整，不要弄破鴨皮）。然后將鴨翻过来（因为在剔骨时、鴨皮翻在里面，肉在外面，故須翻过来），使鴨皮朝外，成为一个無骨的完整全鴨。再將从蒸籠內取出的八宝餡全部裝入鴨腹內，在刀口处將鴨頸皮打一个結，以免腹中釀餡漏出。然后放入湯鍋中燙三分鐘撈出，放入清水中，摘淨茸毛。再將料酒（二錢）、精鹽（七分）、胡椒面（一分半）等和匀，抹滿鴨的全身。將鴨腹朝下、鴨背向上放于大蒸碗中，鴨头放于鴨背兩翅中央，上籠蒸一点半鐘，出籠晾干水分。

3. 鍋放爐上，放入猪油，燒至將見油烟时，將鴨子放入

油中炸五分鐘，炸至酥皮，并呈金黄色时起鍋。將鴨照原形摆入"鴨船"①中上席。

(三) 特　点

此菜色澤金黄，形如全鴨，大方美观，外酥內𤆵，佐酒下飯均宜。

① 鴨船：是一种鴨形餐具。

三一、樟茶肥鴨

(一) 原　料

肥公鴨（鴨清）一只	三斤	大花椒	二十粒
精鹽	二錢	胡椒面	一錢
味之素	二分	料酒	一兩
捞糟	一兩	植物油	二斤（耗二兩）
花茶	一兩	甜醬	三錢
香樟树叶	一兩	柏枝	四兩
葱	二兩半	鋸末	四兩
香油	二錢		

(二) 制作方法

1. 將鴨宰杀去毛，洗刷干淨，再用鉄皮夾子摘淨茸毛，然后放于案板上，用刀在頸項上接近鴨背处开一口，長約一寸，由此处將鴨的軟喉及鴨膆扯出。再在鴨背离尾部尽头处横割一刀，約二寸長，由此刀口中將鴨的臟腑挖取干淨，再用水洗淨，晾干水。葱去叶和鬚，用葱白，切成一寸半長的段，盛盤中待用。

2. 用碗將大花椒、精鹽、胡椒面拌勻，抹于鴨腹之中。

再將料酒和糖精拌匀抹在鴨皮上，余下的抹于鴨腹之中。然后將鴨放盆內醃十二小时，晾干水。

3．將花茶、鋸末、柏枝、香樟树叶一起和匀，平均分为三份。把木盆一个（高約四寸）放平地上，將茶叶、鋸末等一份，放入一土碗中，再在爐內撿一段燒紅的炭放在茶叶鋸末上面，將碗放入木盆中央。木盆口上平放一張稀眼鉄絲網，鴨子放鉄絲網上，另用大盆一个盖着，用茶叶鋸末所燃起的烟燻。燻十分鐘后，揭开大盆，取出土碗，加茶叶鋸末一份，另換燒紅炭一段，放回盆中，將鴨翻过来，盖上大盆，再燻七分鐘。然后再將大盆揭开，取出土碗，將余下一份茶叶鋸末放入，另換紅炭，將碗放入木盆中，再將鴨色淺的一面向下，盖上大盆燻五分鐘，此时鴨皮呈現出深黃色，將鴨取出，放入大蒸碗中，上籠蒸三小时，出籠晾凉待用。

4．鍋放爐上，倒入植物油二斤燒热，再將鴨放入炸五分鐘，至鴨皮已酥撈出。將鴨放于案板上，先剁下鴨頸，切成六分長的段，放于大圓条盤中央；再將鴨身劈成兩半，每半順切成兩塊，再横切成一寸寬的塊，鴨皮向上盖于盤中鴨頸塊上。

5．香油一錢与甜醬拌匀，平均分成二份，分别摆在盛鴨的条盤兩端。葱白段亦分成二份，照甜醬摆法摆入盤中。再將余下的香油一錢淋于鴨塊上上席。

(三)特　　点

此菜經过醃、燻、蒸、炸四个过程，因而具有酥、香、粑、嫩的特点，並且帶有茶叶和樟树叶的特种香味；顏色亦很艳丽。最宜下酒。

三二、家常田雞

(一) 原　　料

大田雞(青蛙)	二十只	青笋(去皮)	半斤
郫县豆瓣辣醬	八錢	植物油	一斤(耗三兩)
醬油	二錢半	料酒	二錢
猪油	二兩	胡椒面	一分
味之素	二分	精鹽	一分
水团粉	二錢	姜片	六片
蒜片	六片	二湯	五兩
香油	一錢		

(二) 制作方法

1. 田雞用剪刀剪去头，撕去皮，剁去爪，只用田雞兩腿，淘洗干净。青笋切成直徑六分的滚刀塊待用。

2. 鉄鍋放爐上燒紅，倒入植物油燒开，放入田雞腿炸二分鐘撈出待用。再將青笋放入炸三分鐘起鍋，倒去余油。

3. 鍋放爐上，倒入猪油燒热，將豆瓣辣醬放入稍煎，随即加入二湯，用鉄漏勺撈去豆瓣渣不用。再將蒜片、姜片、田雞、青笋、料酒、醬油、胡椒面、精鹽、味之素依次放入鍋中，攪勻，烟十分鐘。然后將水团粉攪勻淋入，和勻稍煮，再加香油和勻即成。

(三) 特　　点

此菜肉嫩味鮮，佐酒下飯均宜。

三三、豆腐鯽魚

(从三三至五〇共一八种菜，根据玉龙餐厅①制作經驗整理)

(一) 原　　料

活鯽魚	二条(約七兩半)	精鹽	六分
豆瓣辣醬(剁細)	六錢	猪油	二兩半
口蘑醬油	六錢	料酒	四錢
蒜(去皮)	二錢半	姜(去皮)	二錢
葱白	二錢	糯米酒	六錢
甜醬	二錢	味之素	六分
石膏豆腐	十塊	水团粉	三錢
高湯	一斤半		

(二) 制作方法

1. 活鯽魚用刀將头部拍一下，使它昏过去，去鱗，开膛去五臟（注意不要弄破苦胆），挖掉腮，清洗干淨后在魚身兩面各斜划三刀，再在各划口处用手抹少許精鹽。姜、蒜均切成半分厚、三分見方的薄片。葱白用刀斜切成六分長的段。

2. 豆腐切成一寸半長、一寸寬、五分厚的長方形塊，用开水在勺内煮五分鐘，把湯泌去，再加入高湯一斤、精鹽（六分）移在微火上㸆着待用。

3. 將炒勺放在旺火上，倒入猪油燒至八成开时（不要冒烟）投入鯽魚稍煎，至兩面均見淺黄色时，把炒勺放斜，將魚撥在鍋边，用原油將剁細的豆瓣炸酥。再將炒勺放正，把魚撥还原，隨即加入料酒，並依次放入醬油、高湯（五兩）、姜、蒜、葱白。这时就將㸆好的豆腐泌去高湯，同魚一起合燒十分鐘左右，放入糯米酒、甜醬、味之素，再用手勺輕輕攪轉，即用筷子將豆腐撥开，把魚夾出放在較大的窩盤内，隨即用水团粉勾芡，將豆腐連汁倒在魚面上即成。

(三) 特　　点

此菜色澤金紅油亮，味濃厚。豆腐嫩而不爛，入口鮮美不亞于魚。下飯佐酒別有風味。

① 玉龙餐厅設在成都市西城区西玉龙街，环境幽美，是1958年隨着人民生活的日益提高而建立起来的大型餐厅。

該餐厅有以前成都市著名餐館（如靜宁飯店、荣乐园、怡新、中国食堂等）的蔣伯春、华兴昌、李德明、刘文定等老师傅，这里所介紹的十几种菜，都是他們所擅長的、帶有濃厚的成都風味、並为顧客所喜爱的菜。

三四、生燒大轉彎

(一) 原　　料

公鷄翅	八对(約一斤半)	猪油	一兩
水發口蘑	一兩八錢	云腿	六錢
冬笋(剝皮去根)	二兩半	精鹽	一分半
葱白	六錢	姜(去皮)	一錢半
料酒	一兩半	水团粉	二錢
口蘑醬油	三錢二分	鷄湯	一斤
味之素	一分半	香油	二錢

(二) 制作方法

1．將宰好去毛的生公鷄用刀齐鷄身取下翅膀八对，洗凈揩干，在酒精火上燎去細毛，切去翅尖部分不用；每个翅膀从关节上一点切成兩段（兩段長短大致相等）。再去掉兩头关节骨，放入湯鍋內煮三分鐘撈出，空去血腥水。云腿切成一寸長、兩分寬、一分厚的片。冬笋切成一寸長、寬厚各二分的片。口蘑大的可用刀对切成兩瓣。

2．猪油放入勺內置于旺火上，將拍松的姜及葱白、料酒、鷄翅倒入勺內稍煵①（約三分鐘）；再加入醬油、精鹽和鷄湯，燒开后用手勺撇去浮沫，倒入另外一个鍋內，用微火燒約一点半鐘。直至肉將离骨而未离骨时，去掉姜葱，再傾入炒勺內，放味之素及水团粉勾芡。起鍋时淋下香油上盤。

(三) 特　　点

此菜选料为鷄全身的活动部分，再經生燒久燜，入口更覚稠爛香嫩，色鮮味濃，非常可口。

① 𤆵，音南，系四川方言，是一种烹調方法，有煎、𤆵的意思。

三五、炸 班 指

(一) 原　　料

猪肥腸头三段(約二斤)		白矾(研細)	二錢
精鹽	七錢	料酒	七錢
葱白	一兩	姜(去皮)	三錢半
醬油	三錢	花椒	十五、六粒
白糖	四錢	蒜	四錢
生菜	二兩	水团粉	二錢半
甜醬	三錢	咖喱	一分
醋	四錢	鷄蛋黄	一个
高湯	二兩	香油	四錢
植物油一斤半(耗四錢)			

(二) 制作方法

1. 选用体厚質佳的肥腸头三段，靠近肛門部分切去一圈不用。在清水中加入白矾末，把肥腸放入用力揉搓清洗一次，除去粘液涎水。另換清水加入精鹽（六錢）同样揉搓清洗兩次。再將肥腸稍細的一端用食指按住向腸口內塞进，把腸的里面（有油的一面）翻出来，用手撕去油上粘的杂質髒物（注意不要撕掉油），再續繼用清水清洗。这样兩面反复多洗几次，直到肥腸白淨澀手，無臭味为止。最后仍把有油的一面翻到內面去，洗淨后放在开水鍋內煮一刻鐘撈出。再把肥腸兩端用刀修去一分左右，使之整齐。每段再分別切成兩段（共六段）。用大蒸碗盛起，放入清水（三兩）、精鹽

（一錢）、葱白三段（四錢）、料酒（五錢）、花椒、姜（二錢半，去皮拍松）等佐料，使水將沒过肥腸，上籠用旺火蒸三小时，至肥腸起着皺摺为适合。

2. 葱白（五錢）用刀切成一寸長段，兩头切成細花翻起。甜醬用香油（一錢）、白糖（一錢）拌合調勻。大蒜（三錢）去皮，切成四分見方、半分厚的片。生菜洗淨，用香油（一錢）、醋少許、蛋黃（一个）、白糖（一錢）、咖喱（一分）拌合（炸班指时才拌）。葱姜（各一錢）、大蒜（一錢）分别用刀切成細末，和香油（一錢）、料酒（二錢）、高湯（二兩）、水团粉（二錢半）、白糖（二錢）、醋（四錢）、醬油（三錢）等佐料用碗盛好調勻，成为糖醋汁。

3. 植物油倒入炒勺內燒沸。將蒸好的肥腸取出（要炸时才取，葱姜等不要），放在盤內將水泌干，順着鍋边放入勺內，並立即用手勺將腸撥横过来，不使兩头腸口向着人；因为腸內有水，剛一下鍋要爆几下，濺起来的油容易燙伤人。炸时要用手勺撥动肥腸，以便炸勻。約五分鐘，腸呈金紅色，即把油泌去，淋上香油（一錢），顛兩下即撈出。然后在案板上用刀把肥腸切成四分厚的圓圈，堆在盤的中間，盤的兩端分别放上拌好的生菜和葱醬蒜。再在炸班指的原勺內將糖醋汁煎热，盛在二个湯杯內，与班指一同上桌。

（三）特 点

此菜色澤金紅，皮酥里嫩，細軟而香。吃时可佐以葱醬蒜，也可以蘸糖醋汁，还可以拌生菜叶，都各有風味。因肥腸成圓形，似射箭的班指一样，故名。

三六、肥腸豆沙湯

(一) 原　　料

猪肥腸	四段約(一斤半)	猪油	二兩
干豌豆	七兩	小苏打	六分
味之素	三分	精鹽	七錢半
料酒	三錢	純鷄湯	二斤
姜(去皮拍松)	二錢	葱白	三錢
花椒	十五、六粒		

(二) 制作方法

1. 取肥腸的中段(不粗不細)四段，用精鹽(六錢)在肥腸上用力揉搓，再于清水中淘洗干淨，除去粘液涎水。再換清水洗一次，把肥腸有油的一面翻出来，撕掉油上沾的杂質髒物(不要撕掉油)。这样反复清洗几次，洗至腸白、澀手、無臭味为止；再把有油的一面翻到內面去。肥腸洗凈后，在开水鍋內煮約一刻鐘撈出，用刀修去兩头約一分厚，裝入大蒸碗內，加葱白、花椒、料酒、精鹽(八分)、姜等佐料和清水四兩(以沒过肥腸为度)，上籠屜蒸約三小时，至腸皮起皺摺为合适。

2. 干豌豆用溫水泡十二小时(水要沒过豌豆一寸)，即泡脹，然后倒入竹筲箕內泌去水。随后把苏打（六分）放入豌豆內抄匀，倒在勺內，加水一斤半，放在微火上燒。燒兩小时，豌豆巳至極爛，即倒入筲箕內，把水瀝干，倒入木瓢內(舀水的瓢)。然后双手持漏勺在豌豆上用力压，边压边移，豌豆泥就由漏勺孔內冒出；透不过孔的，即为豌豆壳不用。

3. 猪油放入炒勺內，于旺火上燒至七分热，即將豆泥

放入翻炒，約四分鐘，炒成豆沙时，加入精鹽（七分）及鷄湯，用手勺背將豆沙按散，开鍋后撇去浮沫。随后將籠屜內的肥腸取出，切成四分長的段，倒入勺內同煮，开鍋后撇去浮油，舀入放好味之素的碗內即成。碗內再放入少許葱末、姜汁水亦可。

(三) 特　　点

此湯是由民間小吃"腸腸湯"發展而成的。湯略呈黃色，味鮮而濃，腸肥而軟嫩，利口不膩。吃时用湯匙淘舀，豆沙入口更覺酥香。筵席上作佐飯湯菜，頗受欢迎。暑天可稍加泡青菜帮子同熬。

三七、鴉蒙葵菜

(一) 原　　料

鷄脯肉	二兩半	葵菜	一斤半
猪肥肉	一兩三錢	水团粉	二錢
鷄蛋清	三个	精鹽	三分半
猪瘦肉	二兩半	味之素	二分
高湯	二斤		

(二) 制作方法

1. 鷄脯肉上的一層白膜用刀割去，用刀背捶成茸，边捶边用刀尖剔尽肉內細筋，再用刀剁兩次（使鷄脯剁成極細的茸）。猪肥肉用刀剁成細泥如油脂狀。鷄蛋清及鷄茸倒在碗內，用竹筷使力向着一定的方向不間歇地攪打十分鐘，要攪散攪匀，直到把它滴一点在水面上不沉底为止。这时分五次加入清水一兩，边加边攪，攪匀后再放入精鹽（一分半）、水团粉，再同样攪匀，而后又加入肥肉泥，繼續攪匀成稀糊

狀。把瘦肉二兩半捶成茸盛入碗內，用清水四兩調散待用。

2. 葵菜（冬莧菜）淘洗干淨，把菜心（苞）連嫩莖掐下四十朵，再淘洗后用清水泡約五分鐘，撈出再換水洗一次（主要洗淨菜的泥沙杂物）。洗淨后把菜心倒入开水鍋內，待水重开，菜剛熟，即用漏勺撈入清水內冷透。隨即撈出挤干水，抖散，用刀把每根葵菜修成一寸長，使之整齐；擺在盤內。

炒勺放入清水，燒至七成开时（水冒起魚眼睛泡时），即將盤內葵菜逐一用手在稀糊狀的鷄茸內裹一層鷄茸，一朵一朵放入鍋內。葵菜放完，水已全开，鷄茸則全蒙在菜上。隨即把勺端离火口。

3. 將另一炒勺放入高湯燒开，加入精鹽（二分），把調散的肉茸水一半倒入。用手勺在炒勺攪一轉，湯面即浮起一層肉沫，即將勺端离火口一半，使勺內湯成半开狀；浮沫則逐漸集中，隨用漏勺撇去浮沫。再把勺放回原处，倒入剩下的一半肉茸，开鍋后同样撇去浮沫。此时湯已变得清徹如白水，即將蒙好的葵菜用漏勺撈入湯內煮一下，加味之素后倒入碗內即成。

(三) 特　　点

此菜湯色清亮，菜嫩湯鮮，清爽可口。特別适于老年人食用。

三八、鍋貼鴨片

(一) 原　　料

鴨脯肉	三兩八錢	冬笋（淨）	一兩三錢
猪肥膘肉	七兩半	料酒	二錢

鷄蛋淸	二个	干团粉	六錢
熟瘦火腿	三錢	醬油	二錢
生菜	三兩	猪油	一兩半（約耗四錢）
香油	三錢	姜（去皮拍松）	二錢
番茄醬	三錢	葱白	六錢
醋	三錢	甜醬	三錢
糖	二錢半		

（二）制作方法

1．鷄脯肉用刀片成長一寸半、寬一寸二分的薄片二十四張（愈薄愈好）。片好后用姜、葱段（三錢）、料酒、醬油拌合漬起（約一刻鐘）。猪肥膘肉在沸湯鍋內煮約一小时（熟透微爛），撈起晾冷，在案板上用刀开成長一寸半、寬一寸二分的長方形肉塊，再把刀放平，片成一分厚的肉片二十四張，並用刀尖把每片的四角及中心輕輕戳一个孔。煮熟的冬笋修整齐后，切成長一寸二分、寬八分、厚半分的片二十四張。瘦火腿先切成細絲，再横着切成細末。鷄蛋淸二个与干团粉用碗調成蛋淸团粉。

2．將肥膘肉片二十四張平鋪在盤內，用布帕在热水中浸湿擰干后將肉片上的油沾干，將蛋淸团粉用一半抹在每个肉片的上面一層。抹好后將片好的笋片逐个粘上，笋片上面放上火腿末。漬起的鷄片去掉姜葱，在剩下的一半蛋淸团粉碗內拌匀，再伸展开平放在火腿末上。

3．將炒勺在旺火上燒至七分热，放入猪油一浪使勺內薄薄沾上一層油即滗出。將做好的鷄片逐个分开，肥肉向下貼在勺內，貼好后把勺置于微火上，並左右前后移动，以免煎糊。煎約八分鐘，用小鏟鏟松翻看，肉底呈金黄色时，將肉片化出的油用小鏟輕輕向鷄片的周圍澆淋，使鷄片逐漸变

成淺黃色至熟。隨后滗出多余的油，再淋上香油（二錢），將勺顛簸一下，即起鍋把鷄片堆在盤子的一端。

4．生菜擇用菜心及叶尖部分，淘洗干淨，用白糖（二錢）、醋、香油（五分）拌合（生菜不能早拌，早拌要出水），鑲在盤的另一端；再將番茄醬淋在生菜上面。葱白（三錢）切成一寸二分長的段，甜醬用香油（五分）、白糖（五分）拌合調勻，分別放在盤的中部兩边即成。

（三）特　　点

此菜顏色美观，入口脆嫩香酥，吃时蘸上一些葱醬，或伴点生菜，更覺清香爽口。

三九、水煮肉片

（一）原　　料

猪里脊肉	五兩	混合油①	二兩二錢
干辣椒	二錢	姜	二分
花椒	二分	葱白	三錢二分
精鹽	一分	豆瓣辣醬	三錢二分
味之素	一分	醬油	三錢二分
干团粉	三錢二分	料酒	一錢
白菜(嫩叶)	一兩八錢	鷄蛋清	一个
胡椒面	一分半	高湯	半斤

（二）制作方法

1．里脊肉放在菜墩上，横着肉紋用刀切成一寸長、八分寬、半分厚的薄片，抹上精鹽、料酒及蛋清团粉（把鷄蛋清与干团粉調勻）同时抄勻。混合油（六錢）放在勺内于旺火上燒沸，將花椒、干辣椒倒入炸成金紅色，撈起剁成碎末，滗去炸油不用。白菜淘洗干淨，切成比肉片稍大的碎塊。姜

去皮，切成二分見方的薄片。葱白切成八分長的段。

2．混合油一兩二錢放在勺內于旺水上燒至剛冒烟時，將豆瓣辣醬放入炒酥，依次迅速地放入白菜、葱、姜、高湯、醬油、胡椒面、味之素，用手勺稍一攪轉，即用手將肉片抖散放入，随即用手勺攪动讓它散开，煮約三分鐘便熟，舀在碗中；將剁碎的干辣椒、花椒末撒在上面。再用原勺將混合油（約四錢）燒沸淋于面上，它的作用是：用沸油把干辣椒、花椒末、肉片再炸一下，使之有更濃的麻辣味。

(三) 特　　点

此菜依据盛行于川南一帶的水煮牛肉的制法，改用猪肉为原料。色深味厚，香味濃烈，肉片鮮嫩，突出川味麻辣燙的特点。肉片下鍋不是直接用火炒，而是用湯煮出来的，故名水煮。在菜肴中別具一种風格。

---

① 混合油：用猪油与植物油各半混合而成。

四〇、虫草鴨子

(一) 原　　料

肥鴨	一只	虫草①	六錢三分
姜	七分	料酒	三錢
葱白	二錢	精鹽	一錢
高湯	二斤半		

(二) 制作方法

1．活肥鴨一只（宰后三斤左右）宰杀后放淨血，退毛，去掉舌、掌（另作他用）；从鴨的背面頸上順割一刀，去其鴨臊；再在鴨的背面尾部横割一刀，挖去五臟，而后用水清洗干淨，下入煮鍋內緊一下，並用鉄抓子把鴨抓住，在开

水里面連提兩三次，使血腥水随着开水淘尽，撈起后齐咀角切去鴨咀，將翅膀翻向背上盤起。虫草用溫水三斤泡一刻鐘，用手輕輕搓洗去其泥沙杂質后撈出。

2. 筷子一根把一端削成尖头約三分長、粗約一分的竹签。將鴨腹部向上放好，竹签斜起从鴨腹部上戳成一个一个的孔（深度約三分）。將虫草头部（粗的一端）一个个地插入鴨腹戳好的孔內，尾部露在外面。插好后將鴨腹部向下裝入蒸碗內，加入料酒、姜葱、高湯，用皮筋紙盖紧碗口，上籠屜用旺火蒸三小时至骨松翅裂为度。

蒸好后把鴨子腹部向上摆入另一大碗內，去掉姜葱不要，加入少許精鹽將原湯注入即成。

（三）特　　点

虫草系一种名貴药材，是作为滋补营养品而用在蒸鴨、炖鴨中的。

---

① 虫草即冬虫夏草，是一种菌类。寄生于土中螻蛄等死体上，冬天时發生菌絲，至夏則菌長成，虫体腐爛，为其养料。菌長四、五寸，無傘，下粗上細，黑褐色，是一种中药材，药性滋补，較名貴。产于四川松懋一帶。

四一、八宝糯米鷄

（一）原　　料

仔母鷄	一只（約三斤）	蓮米	三錢
鮮豌豆仁	二兩半	鷄蛋清	一个
糯米	二兩	香油	三錢
熟火腿	六錢	精鹽	一分半
金鈎	三錢	醬油	六錢
水發香菌	六錢	椒鹽面①	二錢
苡仁	二錢	干团粉	五錢

芡实　　　　　　　　二錢　　　　　植物油　二斤（約耗二兩）

（二）制作方法

1．仔母鷄一只宰杀后放尽血、褪毛，去掉脚。从鷄背頸部上面，順割約三寸長的口，用手挖去鷄膆，仰放在菜墩上，用刀从杀口处將鷄頸骨割断；再从鷄背頸刀口处將頸骨拉出。然后將鷄立放在菜墩上，用手將鷄皮肉略为用力向外翻，並向下褪，鷄骨架就逐漸露出。鷄翅膀与胸腔骨相連的筋用刀割断，随即順着鷄的肉骨周圍相連地方慢慢往下剮，边褪边剮，直剮到鷄的尾部，把鷄的骨架內臟取出。再用刀尖撥开鷄的兩腿棒子骨，使棒子骨露出一点，兩手用力將鷄腿肉往下一按，棒子骨就全部露出，用刀剔下。此时鷄除头部、兩翅外骨头都已剔下（剔剮过程中，注意保持肉皮完整無破損）。再將鷄皮面翻出来，在清水中洗干淨，瀝干水分。

2．鮮豌豆仁用沸水煮熟去壳，漂在清水中，保持綠色。糯米淘洗后在沸水鍋內煮透，以尙未成飯、米無硬心为度。蓮米（退衣去心）苡仁和芡实淘洗后用开水泡脹，裝在碗內，加清水淹沒，上籠蒸爛。金鈎用沸湯泡脹，与香菌、火腿切成如豌豆大小的丁。然后將鮮豌豆仁、糯米、蓮米、苡仁、芡实、金鈎、香菌和火腿加入精鹽拌勻，从鷄頸开口处裝入腹內。裝好后用削細的竹签（約五寸長）像縫衣似的將鷄頸开口处鎖住（从外面看如同一只有骨的鷄），放入沸湯鍋內煮十分鐘撈出，將鷄翅翻在背上盤起，鷄头仰翻在翅的下面压住。再裝入大蒸碗內，鷄背向上，不加水上籠干蒸；蒸約兩小时，以用竹筷能將鷄翅戳破为适合。然后把它翻入盤內，用干布帕將鷄身的水气沾干，全身抹上醬油；再將蛋淸加干团粉攪打成蛋淸团粉抹上。

3. 大炒勺內放入植物油，在旺火上燒至八分沸时，即將鷄順着鍋边放入，腹部向上（向下容易炸糊）炸五分鐘。炸时用手勺將鷄不断撥动，並舀沸油往鷄腹上不断澆淋，待鷄身炸成金黄色时，泌去炸油，淋入香油起鍋。随后用刀將腹部輕輕划成象眼塊，以將皮划断为度，不可深及肉內。上盤时抽掉頸部竹签，随同椒鹽二碟上席。

(三) 特　点

此鷄顏色金黄光亮，大方美观，皮酥肉嫩，釀餡鮮香，風味特佳。

---

① 椒鹽是鹽和花椒面拌合而成，配比是1:2。

四二、子 母 会

(一) 原　材

鴿子	三只(約一斤半)	鴿蛋	十二个
姜(去皮)	二錢	料酒	三錢
葱白	三錢	醬油	三錢
精鹽	一錢	干团粉	六錢
花椒	十粒	水团粉	三錢
味之素	二分	高湯	二兩半
胡椒面	一分半	猪油	一斤(約耗二兩)

(二) 制作方法

1. 鴿子三只宰杀后去血退毛，从背脊上順着割开，挖去五臟、去掉足爪；清洗干淨后，用手將精鹽、醬油、料酒等在鴿的全身內外抹匀，然后將鴿的兩翅翻向鴿背盤起。

在炒勺內放入猪油置于旺火上燒至七、八成开，將鴿子炸五分鐘撈起，用蒸碗裝好，加入姜、葱白、花椒、高湯等

佐料；用一种有拉力的皮筋紙蒙紧碗口，在籠屜上蒸約兩小时半（根据鴿的老嫩增減蒸的时間，以骨松翅裂为度）。

2．將鴿蛋連壳在籠屜上蒸熟，約一刻鐘取出，用清水稍浸，即逐个剝去外壳，放在干团粉上滾动，使鴿蛋上都裹上一層团粉。再將炸鴿子的原油倒入炒勺中，放在旺火上燒至五成开，把鴿蛋順鍋边投入，用手勺慢慢撥动，炸約五分鐘，至鴿蛋見黄色即撈起待用。

3．鴿子蒸好后，去掉碗口的皮筋紙及姜、葱、花椒不用，取出鴿子摆在盤內，下面兩只，上面一只；再將炸好的鴿蛋鑲在鴿子的周圍。随后把蒸鴿子的原汁湯泌在炒勺里，加入胡椒面、味之素，开鍋后用水团粉勾芡。淋于鴿子及鴿蛋上即成。

（三）特　　点

鴿肉鮮香，鴿蛋軟嫩，清淡而富滋补。最宜秋冬季节食用。因鴿与蛋同配一菜，故名子母会。

四三、鍋貼豆腐

（一）原　　料

石膏豆腐	六塊	精鹽	二分
猪肥膘肉	七兩半	面粉	二分
鷄蛋	三个	熟瘦火腿	三錢
干团粉	四錢	猪油	二兩
味之素	二分	香油	三錢
番茄醬	六錢	醋	三錢
生菜	二兩	白糖	三錢

（二）制作方法

1. 猪肥膘肉在湯鍋內煮八分熟，撈出晾冷，切成一寸二分長、一寸寬、一分厚的片二十四片，用刀尖在每片的四角及中心輕輕划穿（这样貼时肉片才不会卷起）。生豆腐裝入絲籮內攪散，濾去渣，取豆腐汁裝入碗內。鷄蛋清（二个）用竹筷在八寸盤內用力向着一个方向快速攪打，攪打至全部变为雪白成团的細泡，將筷子一只插入細泡內不倒时为止。把精鹽、干团粉（二錢）、面粉、味之素和鷄蛋泡都加入豆腐汁的碗內，攪匀后再加入猪油（四錢）攪匀，成为豆腐糁。用鷄蛋清一个与干团粉二錢調成蛋清团粉。

2. 熟肥猪肉片二十四片分开攤在盤內，用擰干热布帕把油沾干，將每个肉片上抹上一層蛋清团粉，再用小湯匙將豆腐糁舀在上面平攤約三分厚（四边稍薄，貼时才不会流）。

鷄蛋黄（三个）攪散，倒入猪油抹过的炒勺內（用猪油很少，使蛋不巴鍋即可），于旺火上攤成蛋皮。蛋皮及瘦火腿先各切成細絲，再切成細末，按在攤好的豆腐糁上，每片放上火腿及蛋皮末各半。然后在盤內摆好，上籠屜蒸約五分鐘即熟，取出。

3. 炒勺放在旺火上燒至七分热，倒入猪油，將勺轉动，使勺內粘上一層油，即空去油。随將蒸好的豆腐（肥肉片向下）逐个貼在勺內，約煎八分鐘。煎时將勺左右前后移动，以免糊鍋。煎至肉底呈現金黄色、豆腐成淺黄色时，淋入香油（二分），將炒勺顛簸一下即起鍋；把有火腿末的一面向上堆在盤的一端。

將淘洗干淨的生菜掐叶去根（長約一寸二分），用糖、醋、香油拌合好后放在盤的另一端；然后將番茄醬淋在生菜面上即成。

(三) 特　点

此菜在淺黄色豆腐上微微透出火腿和蛋黄皮的紅黄兩色，鑲以綠色生菜，色調美观，食之松脆香嫩，清爽可口。

四四、鹽白菜冬笋

(一) 原　　料

冬笋	一斤半	鷄湯	三兩八錢
精鹽	二分	鷄油	六錢三分
味之素	二分	猪油	三兩八錢（耗一兩三錢）
鹽白菜①	一兩三錢	水团粉	一錢
料酒	一錢		

(二) 制作方法

1. 冬笋选用尖細、根小、身短、俗名“鷹嘴子”的为原料，削去笋根約五分長(老的)不用。以左手中、食指及大拇指捏着去根的冬笋，笋根向上、笋尖向下抵着菜墩，右手持刀从根部起用刀尖順着笋由上而下直划一刀，約一分深（以把笋壳划穿为度），到距笋尖約五分長时即用力將刀向右一拐按住笋壳，左手將笋向左一扭，全部笋壳即順力脫下。再用刀修去笋衣，使之光潔。笋根处若有頂刀的地方，可再去掉一些(保持嫩度)。然后切成一寸二分長、六分寬、一分厚的薄片。

2. 炒勺放在旺火上，放入猪油燒至七分熱，將冬笋倒入，用手勺翻攪，稍熌一下，即將猪油泌去，將笋裝入盤中。鹽白菜將水挤干，去掉花椒，用刀切成細末，用原猪油同样在勺內炒一下；随即將盤中的笋子倒入，再加入鷄湯、料酒、精鹽、味之素，用手勺攪勻，燒約三分鐘，即用水团

粉勾芡。然后順着鍋淋下鷄油，起鍋即成。

（三）特　点

冬笋为冬季时菜之一，吃法很多，如加金鈎、宣腿、醬燒都可。与鹽白菜同燒，鮮嫩中更透出一种鹽白菜的芳香，别有風味。

---

① 鹽白菜为四川民間冬季家常菜，其作法是：卷心白菜一斤洗净，从当中劈成兩半，再划成兩瓣，晾干水分。待白菜帮柔軟时，用精鹽（三錢二分）在菜身抹透，再把花椒四十粒在手中揉搓出香味后，撒在菜心中。然后用一塊干凈青石把白菜压住漬起。五天之后，白菜有一种香味出来，即成鹽白菜，可以凉拌、燒湯用。

四五、黃燜大鰱魚头①

（一）原　料

鰱魚头	一个（約四、五斤）	大蒜（去皮蒸爛）	五兩
猪肥膘肉	五兩	白菌菰	一兩
料酒	六兩	金鈎	六錢
葱白	二兩	純鷄湯	四斤
姜（去皮拍松）	四錢	冰糖（砸碎）	六錢
醬油	二兩	鷄足鴨掌	四对
深色醬油	三錢	猪油	一斤（耗二兩半）

（二）制作方法

1. 大鰱魚头一个挖去腮，去掉牙板骨，在水中清洗干凈，对准魚口从腦頂骨逢中砍开，不要砍断。鷄足鴨掌洗干凈，在开水鍋內緊一下，去掉粗皮。白菌菰用清水泡半小时，待菌已开始脹，用手刮洗去泥沙，再在沸水鍋內煮約十分鐘，使菌發至全透；大的用刀对剖成兩瓣。猪肥膘肉切成

一寸長、三分寬厚的条。

2. 猪油放入大炒勺內置于旺火上燒至七分热，即將魚头放入稍炸，並烹入料酒，炸至略呈微黃色时撈出；泌去猪油，留一、二兩在勺內，將猪肥膘肉及鷄鴨足、料酒、葱姜放入煵一下，即加入鷄湯，开鍋后撇去浮沫。

3. 用头号鍋鍋一个，鍋底墊上竹篾箅，先將煵过的鷄鴨足在勺中撈出放于篾箅上墊好，再將勺內魚头及猪肥膘肉、鷄湯等全部倒入鍋內，再加入醬油、深色醬油、金鈎、菌菰等。然后將鍋移于微火上慢慢將魚头燒熟（約三十分鐘），即用筷子將魚肉輕輕撥下，至鷄湯已經燒到減少三分之二时即去掉姜葱、猪肥膘肉、鷄鴨足等不用，再加入冰糖和蒸好的大蒜，燒至冰糖熔化、湯已濃縮成汁，即盛入大盤內。

(三) 特　点

鰱魚肉以細嫩著称，尤以头部为最好。采用此种久燒慢煵的家常做法，不仅汁稠色亮，味更鮮美。

① 鰱魚：这里实际上是指鲇魚，而不是一般池塘养的鰱魚，但四川人習慣上称鲇魚为鰱魚。这种魚無鱗，多涎液，身圓口大而头平扁，刺少肉嫩，頗为鮮美。

四六、辣子鷄丁

(一) 原　料

鷄脯肉	三兩八錢	泡紅辣椒	三錢二分
鷄蛋清	一个	姜	一錢二分
干团粉	二錢半	蒜	一錢二分
葱白	二錢	料酒	一錢二分
醋	一分	醬油	二錢半
精鹽	一分	高湯	七錢

水团粉	二分	猪油	一兩八錢
味之素	一分		

(二) 制作方法

1. 將鷄脯肉用刀把上面的一層薄皮片去，再在菜墩上用刀尖劃（音沾，即在肉上用刀尖不規則地輕輕戳，但不要戳穿）过，使鷄肉容易入味。然后切成四分寬厚的条，再横着肉紋切成四分見方的丁。用鷄蛋清將干团粉在碗內調成蛋清团粉，加精鹽（一分）、料酒（六分）倒入鷄丁拌合。

姜蒜去皮切成三分見方的薄片，葱白用刀斜切成六分長的段，用碗裝好，加入料酒（六分）、醬油、高湯、水团粉等佐料备用。

2. 炒勺放在旺火上，將猪油倒入，燒至七分沸时，即將鷄丁放入，用手勺撥散，随即加入剁細的泡辣椒，急速翻炒几下，使鷄丁全見辣椒紅色。随將备好的姜葱蒜用手勺撥入勺內，攪轉后即將碗內的佐料倒下，再一翻攪即起鍋，离鍋时滴醋少許（約一分）即成。

(三) 特　　点

此菜顏色紅亮，質地細嫩，味鮮而不太辣，有强烈的泡辣椒香味。

四七、玫瑰鍋炸

(一) 原　　料

鷄蛋	二个	干团粉	一兩半
面粉	二兩	白糖	二兩半
蜜玫瑰	一錢半	植物油	一斤（約耗一兩半）

(二) 制作方法

1. 將鷄蛋打破去壳倒入大碗中，加面粉、干团粉（三錢）和清水一兩，用力攪拌均匀，使之沒有面粉疙瘩后，再慢慢傾入清水三兩，边傾边攪，攪成稀糊狀的鷄蛋面糊。

2. 把勺放在微火上，放入三兩清水，燒开后將鷄蛋面糊慢慢傾入勺中，边傾边速用手勺攪拌，要攪匀，至濃縮而不沾鍋时，倒入抹好油的平盤上，攤成四分厚的餅，晾凉凝固（夏天放入冰箱則凝固較快）。然后切成一寸二分長、寬厚四分的長条形，滚上干团粉。再用旺火將油勺中的植物油燒沸冒煙，即把它倒入炸五秒鐘撈出，如有条塊併連，应掰开，待油再燒沸冒煙，复倒入油勺中炸十秒鐘，至呈金黄色时撈出，濾尽油，即成炸好的鍋炸。

3. 用干淨炒勺放在微火上，放入清水二兩燒沸，再加入白糖、蜜玫瑰，随即攪拌，並应随水分的蒸發逐漸增加攪的速度。至糖汁全面冒大汽泡如魚眼狀时將炒勺端起，把鍋炸放入，翻攪顚簸，使玫瑰糖汁都蘸在上面即成。

(三) 特　　点

此菜系甜菜，色呈金黄，外酥內嫩，香甜可口。

四八、鍋巴肉片

(一) 原　　料

大米鍋巴	二兩半	水發青菌	三錢二分
猪腰柳肉	三兩八錢	葱白	二錢半
植物油	一斤半（約耗一兩八錢）	姜	一錢八分
		蒜	一錢二分
水發玉蘭片	一兩	猪油	一兩二錢
水团粉	四錢三分	醬油	三錢二分

高湯	三兩八錢	白糖	三錢二分
醋	四錢三分	精鹽	一分

(二) 制作方法

1. 腰柳肉（背脊下面近猪腰处的肉）用刀片去白筋，横着肉紋切成長一寸半、寬八分的薄片(愈薄愈好)；用水团粉(一錢)、料酒(一錢)、精鹽（一分）在碗內把肉片攪勻。玉蘭片、青菌用刀片成長一寸二分、寬八分的薄片。姜蒜去皮，切成三分見方、半分厚的片。葱白用刀斜切成六分長的段。高湯、白糖、醋、料酒(二錢二分)、水团粉(三錢三分)、醬油、味之素等佐料在碗內調好。

2. 猪油放入炒勺內在旺火上燒至八分开，將肉片倒入撥散，即加入姜葱、蒜片及玉蘭片、青菌等，翻攪一下，随將碗內調好的佐料倒入，用手勺攪勻即炒成有湯的肉片。盛入碗內待用。

3. 鍋巴取干透不厚不糊的，用手掰成長寬約兩寸的塊。植物油放入勺內，在旺火上燒沸，將鍋巴倒入，炸至在油面浮起，呈金黄色时，撈入盤中。盤底留沸油約六錢（淋肉片时發出声音才大),然后將炒好的有湯肉片同时端出，待鍋巴在桌上放定后，始將肉片往鍋巴上淋下，这时，“嘩嚓”一声，盤中立即噴起一种濃烈的糖醋香味。

(三) 特　点

此菜肉片鮮嫩，鍋巴酥脆，味甜酸而香，趁热取食，其味尤美。因淋肉片时，要在堂面上發出响声，故又名“堂响肉片”。

四九、粘糖羊尾

(一) 原　　料

凈肥猪肉	七兩半	干团粉	一兩三錢
鷄蛋	二个	白糖	三兩八錢
熟芝麻(研末)	一錢二分	植物油	一斤半
			(約耗一兩三錢)

(二) 制作方法

1. 选猪肋条上的凈肥膘肉一方，在开水鍋內煮約一小时左右(肉熟透微爛)，撈起晾冷，用刀在菜墩上切成長一寸三分、寬厚各三分的肉条。把鷄蛋（連蛋黄）与干团粉調成蛋糊，把切好后的肉条在沸水內煮热，用擰干的热布帕將肉条水分沾干，在碗內与蛋糊拌合抄勻，使肉条都裹上一層鷄蛋糊。

2. 植物油倒入炒勺內置于旺火上燒沸，即將裹好蛋糊的肉条逐个放入油內炸，並用手勺攪动，炸成金黄色时撈出。

3. 另用無油的干凈炒勺放入清水一兩在旺火上燒开。把白糖放入，用小鏟不断攪炒，待水分逐漸蒸發、糖汁冒起大气泡时，即將炸好的肉条倒入，用小鏟不断翻炒，同时加入熟芝麻細末，再翻炒顛簸兩下。若火过旺，可將炒勺移开火口，以免糖糊。此时糖汁芝麻已粘滿肉条，即起鍋。

(三) 特　　点

此菜系甜菜，色呈金黄，外酥內嫩，油而不膩，香甜可口。

五〇、菠餃銀肺

(一) 原　料

猪肺	一副(約二斤)	菠菜	二斤
面粉	二兩半	料酒	五錢
猪肉（肥瘦）	二兩半	葱白	三錢
熟火腿	六錢	姜（去皮拍松）	二錢
水發口蘑	六錢	猪油	一兩
熟鷄皮	六錢	鷄油	一錢
精鹽	一錢三分	味之素	二分
醬油	一錢半	香油	一錢
高湯	二斤一兩	胡椒面	二分

(二) 制作方法

1. 选擇較白淨無破洞的猪肺(可先吹气，看是否有漏气的地方）一副，用繩將肺把子拴住、肺叶向下挂起，用大鉄壺盛清水（有自来水的就用自来水籠头）慢慢由肺上端管口灌入冲洗；待肺內水滿膨脹，即用双手輕輕捧起肺叶向上傾倒一次血水。灌时若遇血塊阻塞停滯，可用一比肺管口略細、長約七寸的竹管插入肺管內用口吹气，使之暢通再灌（但不能吹气过久过大，不然肺易破裂，裂口后就不能洗白了）。这样反复灌洗，到肺內紅色血水全部随水漫出，猪肺全部变为白色为止。冲洗淨后，把肺叶向上肺管向下用竹筲箕裝起將水瀝干。再照原来方法把肺挂起，瀝淨水，入沸水鍋中煮熟，切成長一寸二分、寬一寸、厚半分的片。

2. 猪肉去筋在菜墩上用刀剁成細泥，加入香油、精鹽（三分），冷高湯（約一兩）在碗內拌合成餡。火腿、鷄皮

切成一寸二分長、八分寬的片待用。

3．菠菜淘洗干淨，去莖留叶，在木勺內用手搓揉成菜泥，用紗布包好挤出綠色菜汁，和入干面粉內拌勻（汁不够时可略加清水），用力揉成面团；再平均揪成二十四个小面剂，用小面棍擀成圓形餃皮。把拌好的餡分攤在餃皮上，对折包成半月形，餃边用手捏成細摺。然后用清水把餃子煮好，端离火口，用时再捞出。

4．猪油放在炒勺內，于旺火上燒开，放入姜、葱白、料酒和高湯（二斤）；开鍋后用漏勺將姜葱捞出不用，放入精鹽（一錢）、胡椒面、味之素，同时捞起水鍋內的水餃倒入湯鍋內，再加入口蘑、火腿、鷄皮、白肺片，至湯再开后淋入鷄油倒入大菜盤內即成。

(三) 特　点

此菜用料平常，但烹制精細，不仅湯內餃子碧綠，肺片銀白相間，顏色美观，而且菜的質地亦非常細嫩鮮美。“菠餃”在川菜中应用很广，如“菠餃海参”、“菠餃魷魚”等等，均可如法庖制。

五一、芙蓉肉片

（从五一至五七共七种菜，根据芙蓉餐厅①制作經驗整理）

(一) 原　料

猪　肉	半斤	葱	三錢
鷄蛋清	三个	姜	二錢
面包粉	四錢	蒜	二錢
干团粉	一兩	醬　油	五錢
湿团粉	一錢半	醋	二錢
味之素	二分	白　糖	三錢

胡椒面	一分半	猪　油	半斤(耗二兩半)
料　酒	五錢	高　湯	二兩
精　鹽	三分		

(二) 制作方法

1. 鷄蛋清一个与冷高湯（六錢）同放一碗中，用竹筷攪打均匀，上籠蒸熟为白芙蓉，愈嫩愈好（如蒸过火成蜂窩狀即老了)。另將鷄蛋清二个加干团粉和成蛋清团粉。葱、姜、蒜均切成一分半的丁。

2. 猪肉选用夾心肉半斤（即前腿貼着扇形骨的肉，纖維無横順之分，最嫩)，原有厚度約八分，先切成一寸二分寬的塊，再横着切成半分厚的片，即成为一寸二分長、八分寬、半分厚的薄片，共切三十片。將肉片放入碗中，加胡椒面、精鹽、味之素（一分)、料酒（二錢）一同拌匀漬十分鐘，使之入味。然后將蛋清团粉倒入翻攪匀和，使全部蘸裹在肉片上。

3. 將勺用旺火燒热，使全勺溫度均匀，放入猪油（一兩)，即端离火口，左右上下轉动使油均匀塗于勺內(以免貼肉片时焦糊粘勺)。然后將肉片伸展开,在其一面蘸上面包粉（將面包揉搓成为粉）貼于勺上。待全部貼好后持勺于旺火上左右来回移动烘烤，注意使受热面均匀，不要烤糊。約烤一分鐘，肉片着勺面呈金黄色、能隨勺活动起来时，即將另勺燒至冒大烟的猪油約四兩（要先准备好）倒入，並把勺端起来摆动一下，讓油淌到貼在鍋边的肉片上約二秒鐘（經沸油浪后，未着勺的一面肉，由半熟而燙熟，吃起来更嫩)，滗去油，摆入盤中。

4. 用旺火將勺燒至冒烟，放入猪油（一兩半)，加葱、姜、蒜丁煸二秒鐘，烹入料酒（三錢)，隨即放入兌好的醬

油、醋、白糖、湿团粉、味之素（一分）、高湯(一兩四錢)，再用手勺推攪几下，燒沸后淋在盤中肉片上。然后將白芙蓉从籠中取出，用羹匙分五下舀在淋好汁的肉片上即成。

（三）特　点

此菜顏色黄白鮮明，味咸甜，香酥嫩脆，別具風味。

---

① 芙蓉餐厅設于成都市人民南路，是1958年建立的大型餐厅，該厅廚师陈志兴、白松云等除繼承和發揚了四川的傳統名菜外，还創制了一些新品种，如芙蓉肉片，葱末肝片等，受到顧客的欢迎。

五二、葱末肝片

（一）原　料

細沙猪肝	四兩	白　糖	六分
葱白末	一兩	胡椒面	一分
猪　油	二兩半	味之素	一分
醬　油	五錢	湿团粉	三錢
深色醬油	二錢	料　酒	二錢
醋	六分	高　湯	一兩

（二）制作方法

1．將猪肝横切成薄片，愈薄愈好，片張宜大；加醬油拌勻，漬半分鐘，再放入湿团粉（二錢）混和均勻。

2．將淨勺在旺火上燒至冒大青烟，端离火口，將植物油舀入浪一下倒出。再將猪油放入，重將勺置于旺火上，燒至冒大烟时，把肝片放入勺中心，約經三、四秒鐘，用手勺前后左右迅速輕輕推动，並翻动数下，再推至勺边，將勺斜放。随即加入葱末，煵炒几秒鐘。烹入临时兌好的（如果兌汁过早，各种調料的味道易混合，不易分出各种不同的滋味）醋、白糖、胡椒面、味之素、湿团粉(一錢)、料酒、高

湯等調料。到滋汁燒沸时，推下肝片，翻炒兩下，放入深色醬油，即將勺端起顛簸几下，使調味均匀，火候一致即成。

(三) 特　　点

此菜肝片鮮嫩，味濃厚而回味略甜，顏色紅亮。

五三、金鉤玉筍

(一) 原　　料

玉　筍①	二斤	鷄　油	三錢
金　鉤	三錢	水团粉	二錢
精　鹽	三分	高　湯	四兩
料　酒	一錢半	猪　油	六兩(約耗一兩半)
味之素	二分		

(二) 制作方法

1. 玉筍剝去筍衣，去淨鬚，每穗切成兩半。金鉤用清水洗淨，用沸水泡上，水要淹沒金鉤。

2. 將勺置于旺火上，放入猪油，燒至冒烟时，投入玉筍炮一分鐘左右，当玉筍被油浸透时，將勺端起滗去油。再把勺重放火口上，烹入料酒，加入高湯、精鹽，用手勺攪匀，至湯汁約余三兩左右时，放入金鉤、味之素、水团粉攪匀，淋上鷄油即成。

(三) 特　　点

此菜脆嫩，味道清鮮。最宜于旧历三月末至四月初玉米含苞出白鬚时食用。

① 玉筍：玉蜀黍含苞出白鬚时，玉米約長一寸二分左右，白嫩如筍，四川飲食業把此种玉米取做制菜原料，叫做"玉筍"。

五四、芹黄魚絲

(一) 原　　料

淨鯉魚肉	六兩三錢	姜　末	一錢
芹　黄	二兩半	醬　油	五錢
青蒜苗头	六錢	白　糖	三錢
泡紅辣椒	二根	醋	三錢
鷄蛋清	一个	味之素	二分
干团粉	五錢	香　油	三錢
料　酒	一錢	水团粉	二錢
精　鹽	一分	高　湯	一兩半
蒜　末	二錢	猪　油	六兩(約耗二兩)

(二) 制作方法

1．鯉魚去鱗剔骨得淨肉六兩三錢，洗淨，切成二寸長、寬厚各一分二厘的粗絲。將鷄蛋清和干团粉在碗內攪勻，加料酒、精鹽攪成蛋清团粉，將魚肉放入拌勻。芹黄（嫩芹菜心）切成二寸長的段。紅泡辣椒切成斜塊。青蒜苗头去鬚根，切成二寸長的段。

2．將勺置于旺火上，舀入猪油，燒至冒烟时，放入拌好的魚絲，即將勺端离火口，用竹筷輕輕翻撥，使成团的魚絲散开成一根一根的条。然后勺內留油一兩左右，泌去余油，重放回旺火上，將魚絲推在勺边，勺稍傾斜，放入姜蒜末、辣椒絲、蒜苗絲和芹黄段，煸炒十余下；再与魚絲一起炒勻。随即將事先兌好的醬油、白糖、醋、味之素、香油、水团粉和高湯等調料，从勺边淋下，用手勺推掀兩下，再端起勺顛簸几下，使調味均勻，火候一致即成。

(三) 特　　点

此菜鮮嫩清香，口味清淡。

五五、凉拌麂肉

(一) 原　　料

醃麂腿肉	一斤	葱　白	一兩半
味之素	三分	姜	三錢
花椒面	三分	香　油	四錢
辣椒油	六錢	醬　油	九錢
料　酒	六錢		

(二) 制作方法

1. 麂腿肉一斤放于沸水中，用絲瓜瓤擦洗二、三次，把表面附着的髒东西洗干净，装入大蒸碗里，淋上料酒，加入葱白（二錢）、姜（拍松）和沸水（四兩），上籠用旺火蒸三十分鐘即熟。取出姜、葱不用，並空去水。將麂腿肉去筋后晾凉，用刀依着肉的纖維横切成一分厚、一寸半長的肉片（寬度不限，因要改切成絲），依次摆好，順着肉的纖維再切成一分寬的絲，即成一寸半長、寬厚各一分的絲，装在九寸盤內。葱白（一兩二錢）切成与麂肉絲同样長的粗絲鑲在麂肉絲旁边。

2. 將醬油、香油、辣椒油、花椒面和味之素一併放在碗內混和均匀，然后淋在盤中拌好的麂肉絲上即成。注意調料在吃时才兌好淋上，如准备过久則味道不好。

(三) 特　　点

此菜顏色紅白相間，味麻辣，鮮美無羶气。为下飯佳肴。

五六、南滷醉蝦

(一) 原　　料

鮮活蝦	六兩	醬　油	一兩
葱白段	二兩	味之素	三分
豆腐乳汁	一兩	香　油	五分
料　酒	三錢		

(二) 制作方法

1． 鮮活蝦选用每条長一寸至一寸五分的为佳；用清水洗淨泥沙，再用剪刀剪去蝦枪、鬚和脚（在上席前五分鐘进行制作，以保持蝦肉新鮮），放在八寸盤內，淋上料酒；再把葱白切成一寸長的段，均匀地摆在蝦的上面，扣上碗即成醉蝦。

2． 豆腐乳汁、味之素、醬油、香油等放入調味碟內調匀，成为南滷，随同醉蝦上席。

3． 食时將扣碗揭去，將醉蝦蘸上南滷与葱白同食。

(三) 特　　点

此菜顏色青白，蝦肉鮮嫩，味道清香，最宜夏季食用。

五七、怪味鷄塊

(一) 原　　料

閹雄鷄腿	一斤二兩	芝麻(兩用)	六錢
葱白丁	六錢	白糖	三錢
花椒面	一錢	醋	六錢
醬　油	一兩半	辣椒油	六錢
香　油	三錢		

(二) 制作方法

1. 取生肥嫩閹雄鷄腿一斤二兩，放入湯勺中，加清水二斤半，將鷄腿淹沒。先用旺火煮沸，再將湯勺挪到微火上煮約二十分鐘（在煨煮过程中水都要把鷄腿淹沒，水不够时可加煮沸的湯）即熟。然后撈起晾涼去骨，剁成五分寬、七分長的斜象眼塊（即斜方塊）。用盤一个，盤中心先將葱白丁放入，再將剁好的鷄塊摆在上面；鷄皮面向外，狀如松果紋。

2. 芝麻用清水淘洗，去淨空壳沙石，濾干水；放入勺中，置微火上，以手鏟不停翻炒。炒至爆过"啪啪"的声音，呈金黃色（注意不要炒糊）时即鏟入碗里。然后取用五錢放在鉢內碾成粉，加香油調勻，成为芝麻醬。

3. 將芝麻醬、醬油、白糖、醋、辣椒油、花椒面等一併放入碗內調勻后，淋在摆好的鷄塊上；然后撒上下余的炒熟芝麻一錢即成。

(三) 特　点

此菜式样美观，色澤金紅，具有酸、咸、香、甜、麻、辣等各种味道，故名"怪味"，深受羣众欢迎。

五八、叉燒宣腿

（从五八至七二共一五种菜，根据竟成园餐厅①制作經驗整理）

(一) 原料

宣　腿	二斤	鷄蛋	二个
团　粉	三錢二分	面包	八兩
荷叶餅	十二个		

(二) 制作方法

1. 选用硬边宣腿一方用溫水洗淨，用刀將附于火腿上

的黑色薄皮刮尽。

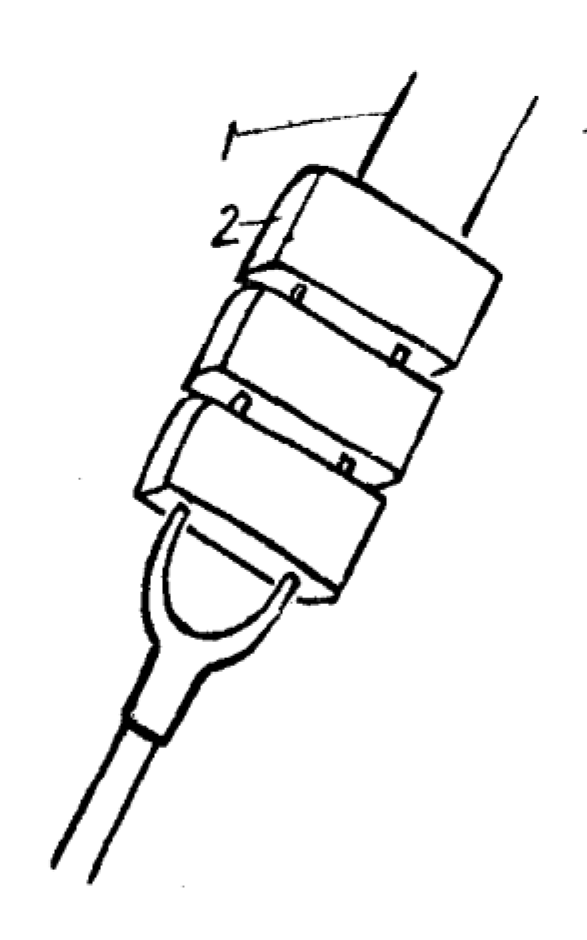


圖 6　叉燒宣腿叉法
1.鉄叉；　2.火腿

2. 用刀將火腿均匀地切为三塊，每塊切成一寸二分寬、四寸半長，厚度为火腿本身的厚度，用鉄叉平叉起来。如圖6。將蛋清与团粉調匀，途于叉起来的火腿上以保持原味，而免燒时走油走味。

3. 把杠炭三斤放入平爐燒紅，而后把叉好的火腿在平爐上以微火烘烤，要反复轉动叉柄，約二十分鐘，烤至火腿熟透心时，揩淨叉尖后取下叉子。用刀把火腿每隔兩分远切一刀，但不要完全切断，使其不会分开。然后摆在盤中，下面摆兩塊、上面摆一塊成为"品"字形。与烤熟的面包（切为十二片）和蒸好的荷叶餅同时上席。

(三) 特　点

此菜外酥內香，为下酒的好菜。

---

① 覺成园是成都市著名的川味餐厅，創設于1923年，是目前成都市历史較久的飲食店。該餐厅著名厨师湯永清、刘讀云、龙元章、林万祜等均有数十年的烹調經驗。他們所烹制的名菜如叉燒宣腿、脆皮魚、鷄豆花等特別受到顧客的贊美。

五九、鷄淖脊髓

(一) 原　料

猪脊髓	二兩八錢	鷄脯肉	二兩半
鷄蛋清	四个	干团粉	二錢半
火　腿	五分	猪油	二兩半

味之素	三分	精鹽	一錢二分
特級清湯	三兩二錢	料酒	三錢二分

(二) 制作方法

1. 猪脊髓去筋洗淨。鍋內放入沸水，加精鹽五分，然后將脊髓放入煮約十分鐘撈出稍晾，切为一寸長的段，放入碗中，以清水漂好待用。生鷄脯肉去筋捶成茸。火腿切为細末。团粉以清水浸濕待用。

2. 特級清湯二兩半舀于碗內晾冷。將雞茸放于湯內，用竹筷攪散，再把鷄蛋去売，用蛋清連同浸濕的团粉、精鹽（七分）、味之素等一起加入鷄茸內攪拌均匀，成稀糊狀。

3. 鉄鍋燒紅，用布揩淨鍋底，把猪油一兩九錢入鍋燒沸，傾入調匀的鷄茸糊，用手勺翻攪炒熟，即成鷄淖。把鍋端离火位，將鷄淖一半舀入盤中，其余一半留鍋內待用。

4. 另用鉄鍋一口放在火上，加特級清湯（七錢）、料酒燒沸，將漂好的脊髓撈出瀝淨水，人鍋氽透，用漏勺撈出，瀝干水舀入剩余一半鷄淖鍋中。同时加猪油六錢在火上炒热，倒入盤內鷄淖上面。再把火腿末洒在鷄淖脊髓上面即成。

(三) 特　　点

此菜味清淡，顏色潔白，下酒佐飯均宜。

六〇、生燒筋尾舌

(一) 原　　料

猪　舌	六兩	猪尾	六根
鮮猪蹄筋	五兩	猪油	一兩半
生　姜	二錢	大葱	二錢

料　酒	七料錢	冰糖	二錢
醬　油	二錢半	精鹽	三錢二分
二　湯	一斤	青菜心	半斤

（二）**制作方法**

1. 猪舌用开水煮約十分鐘，刮淨舌上粗皮，舌根切除不用；然后切成長一寸半、寬五分、厚一分半的片。猪尾去毛、去垢，用刀刮洗潔白，切成一寸半長的段。鮮猪蹄筋用清水洗淨，去掉蹄筋前端的瘦肉，亦切成一寸半長的段。

2. 鉄鍋用旺火燒紅，放入猪油，溶化后，傾入切好的猪舌、猪尾、蹄筋，同时放入姜葱干炒；到炒淨水分时加料酒、冰糖、醬油、精鹽和二湯（一斤）；再燒至沸时，撇去湯面的浮沫，倒在砂鍋內以微火煨煮二小时；撿去姜葱，倒在盤內。將青菜心洗淨，入沸水稍煮，撈起鑲于盤角以襯其色（不用青菜亦可）。

（三）**特　点**

此菜色澤金黃，味濃而鮮，香軟可口。

六一、糖醋脆皮魚

（一）**原　料**

鯉魚	一条（約一斤二兩）	葱	一兩
姜（去皮）	二錢	独蒜	一枚
泡辣椒	二根	猪油	六錢
植物油	一斤半（耗四兩）	醬油	九錢
醋	六錢	白糖	五錢
湿粉	二兩半	料酒	二錢
笋	二錢	卤子	二錢
二湯	二兩		

(二) 制作方法

1. 鲤魚去鱗、腮和內臟，用淨布揩干水，用刀于魚身兩面每面斜劃六至七刀，刀的深处到魚刺为度，距离相等。先用料酒一錢、醬油一錢在碗內將魚浸約五分鐘，使之入味，取出用淨布揩干，再用团粉二兩加清水調勻后，均勻地塗在魚身上。

2. 葱五錢切成葱花，另五錢切成葱絲。蒜一半切成蒜末，一半切成蒜絲。姜一錢切成姜末，一錢切成姜絲。泡辣椒去籽切成細絲。笋片、菌子均切成一寸二分長的細絲。

3. 鉄鍋內倒入植物油，燒沸后，以手提魚尾，先將魚头放入鍋內，立即翻轉炸另一面，約七分鐘，將魚炸成深黃色。鍋內留油二兩，泌去余油，以手勺將魚撈入盤中。再加猪油六錢燒沸，將葱、姜、蒜、泡辣椒、笋、菌等全部入鍋，即加醬油八錢、白糖、醋和二湯鏟勻。再把团粉五錢以水調勻入鍋，以手勺攪勻成濃汁，并起小泡，色呈金黃色。复將盤中的魚以淨布蓋上，用手輕拍使魚身松軟，將鍋內濃汁淋于魚面即成。另有將葱絲、泡辣椒絲撒于面上者，更形美观。

(三) 特　点

此菜顏色金黃，外酥內嫩，宜于下酒。

另有一种"堂响脆皮魚"的作法，即魚上席时，將濃汁另以碗盛入淋于魚身，發出响声。

六二、热窩姜汁鷄

(一) 原　料

熟母鷄肉	九兩	植物油	六錢半

姜	三錢	葱	三錢
醋	三錢八分	醬油	二錢半
精鹽	二分	淨辣椒油	七錢
二湯	一兩三錢	水团粉	二錢

(二) 制作方法

1. 选煮熟的肥嫩母鷄約为整鷄的五分之三，去腿骨，用刀剁成一寸四分長、五分寬的条塊。姜切成姜米。葱切成細花。

2. 鉄鍋內放入植物油燒沸。把鷄塊、姜米、葱花入鍋鏟炒約五分鐘，再加精鹽、醬油、二湯，在燜燒八分鐘入味时，加醋和水团粉攪匀，起鍋时再將淨辣椒油放入即成。

(三) 特　点

此菜色紅味濃，姜、醋与鷄共燒，別有風味，宜于下酒。

六三、奶湯大杂燴

(一) 原　料

干猪肉皮	一兩三錢	干水笋	一兩半
猪肉	五兩	鷄蛋	四个
干团粉	七錢	水团粉	六分
猪心	一兩半	猪舌	一兩半
精鹽	八分	植物油	一斤半(耗四兩)
胡椒	三分	味之素	三分
鮮青菜	一束	特級奶湯	一斤四兩
料酒	六分		

(二) 制作方法

1. 鍋內倒入植物油一斤半燒热，將猪肉皮放入，約五

分鐘炸軟，連鍋提起，移放微火上再浸五分鐘，至色为深牙黄色时撈起晾冷，切成一寸長的条塊，漂于清水中待用（俗称响皮）。

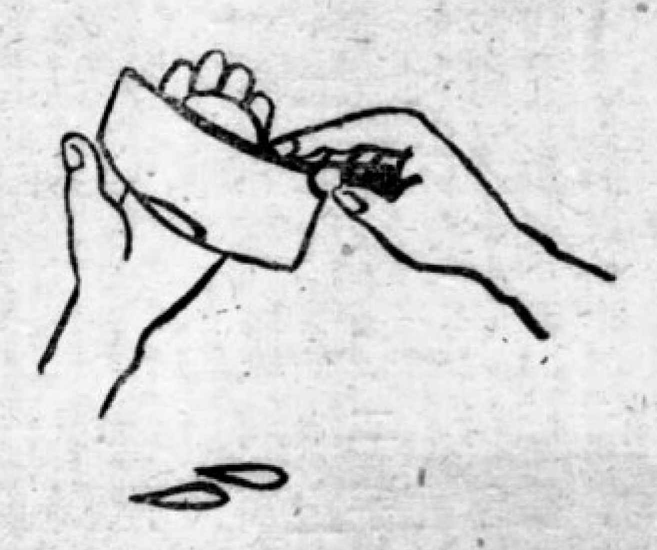
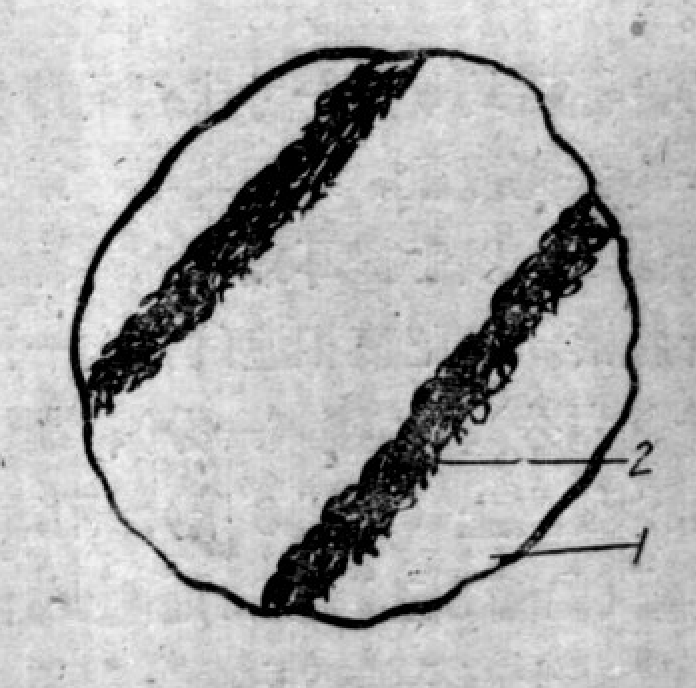


圖 7　尖刀丸子作法

2. 干笋洗淨，用水浸泡，脹透为度；再每条用手撕成四条，切成一寸半的段。然后入沸水中煮透，去淨硫磺質味，再用清湯汆一次，撈出待用。



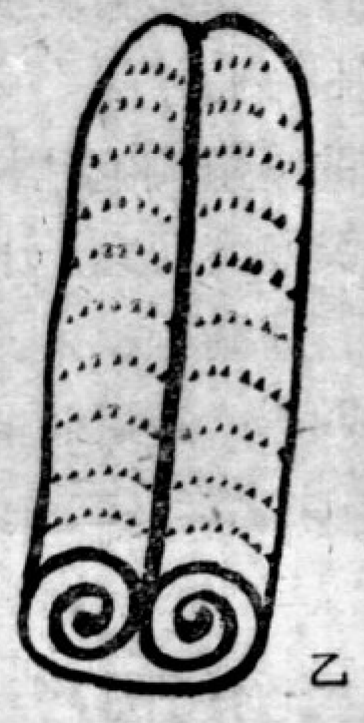




圖 8　如意蛋卷制作过程

甲. 肉絲放入蛋皮兩端
　1.蛋皮；　2.肉絲
乙. 卷成兩卷
丙. 如意蛋卷

3．选用肥膘猪肉二兩，洗淨去皮，切成一寸半長、四分寬的片。鷄蛋(二个)、干团粉（五錢）混合調为蛋清团粉，加精鹽（二分）与猪片拌匀。鍋內植物油燒沸，把拌好的肉片放入炸五分鐘，至炸成深牙黄色时撈出晾冷待用（俗称酥肉）。

4．选用肥瘦相連的猪肉二兩，洗淨去皮，剁为肉茸，加干团粉（二錢）、鷄蛋（一个去壳）、精鹽（三分）混合調匀，攤于左手上面（平攤約四分厚、一寸半寬），右手持刀斜刮左手的肉茸为上大下小的三角条形（俗称鲫魚背）共十六条，分开摆于盤內，入籠蒸十分鐘后取出晾冷待用（圖7俗称尖刀丸子）。

5．熟猪心，猪舌均切成一寸半長的薄片。

6．鷄蛋一个去壳攪散。鉄鍋燒热，鍋底揩淨，少用植物油塗匀，將蛋傾入，以手提耳鍋轉动，即攤成蛋皮，稍冷，蛋皮即自行脫落。把肥瘦相連的猪肉一兩洗淨，剁成細茸，加入水团粉（六分）、精鹽（一分）、胡椒（三分），調匀后鋪于貼鍋一面的蛋皮上（如圖8甲），兩端向中央搓裹，成为兩卷，中間相連（如圖8乙），接口处塗少許豆粉粘好。然后平放盤內，入籠蒸十五分鐘取出晾冷，用刀稍斜横切成一寸半寬的小塊（俗称如意蛋卷）（如圖8丙）。

7．用平底大碗一个，先將汆好的笋条、响皮摆在碗底；次將酥肉逐片摆成圓形，为第二層；又將尖刀丸子十六条分为每方四条摆成卍字形，为第三層；再將猪心、猪舌象鋪瓦一样分别摆滿半个碗，成圓形，为第四層；最后將蛋卷用刀平鏟放于上面。把特級奶湯（四兩）、味之素（二分）、料酒（六分）灌入摆好的杂烩碗內，入籠蒸二小时取出。再用特級奶湯十兩，加味之素一分、精鹽（二分），舀入杂烩內。

另选綠色鮮菜一束淘洗燙熟，放入碗角內以襯其色即成。

（三）特　　点

此菜系湯菜合一，味鮮可口，佐酒下飯均宜。

六四、酥扁豆泥

（一）原　　料

扁豆	二兩半	猪油	二兩半
白糖	三兩八錢	玫瑰	一錢二分

（二）制作方法

1．扁豆仁以清水淘洗，入鍋煮三十分鐘（以扁豆脫皮为合适），撈出挤去外皮，放于碗中，加入清水，水要淹沒扁豆仁，上籠蒸約二小时。蒸爛后取出，放竹箕內瀝干水，然后放于干淨的菜墩上用漏勺压成豆泥，以能通过漏勺的細孔为度。

2．鉄鍋燒紅后提起，以淨布揩淨鍋底，放入猪油一兩九錢，油热时即將豆泥放入。燒至豆泥水分將淨时，放入白糖三兩二錢炒匀，炒至在鍋內不沾鍋底、不沾手勺为度。再將猪油六錢、白糖六錢和玫瑰放入，溶化后混合拌匀即成。

（三）特　　点

此菜酥甜可口。

六五、松子肉

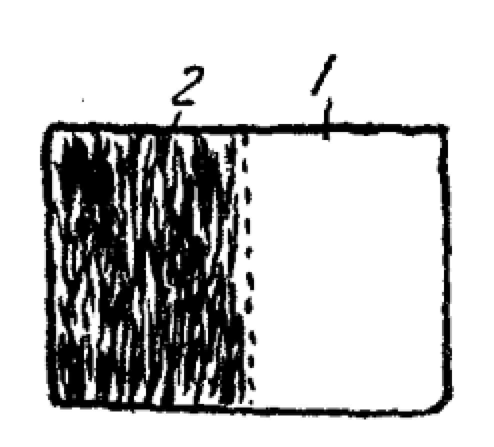
（一）原　　料

豆油皮	一張	猪　肉	二兩
蘿　卜	四兩半	鷄　蛋	二个

干团粉	三錢二分	味之素	二分
精　鹽	一錢三分	生　姜	六分
葱	二錢	植物油	一斤(耗一兩半)
胡　椒	三分	二　湯	二兩
奶　湯	四兩		

(二) 制作方法

1．选用肥瘦相連的猪肉，洗淨，切成二寸長、一分半厚的細絲。蘿卜去皮，切成二分厚、二寸長的粗絲，挤干水。生姜、葱均切成細絲。



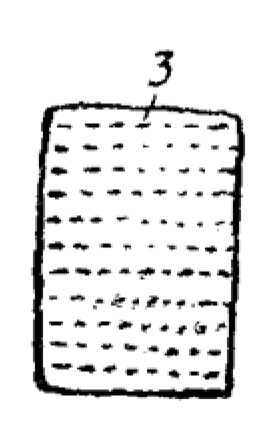


圖 9　松子肉包叠法

1.豆油皮；　2.肉絲；　3.叠好后

2．鷄蛋去壳与干团粉調匀成为蛋清团粉，加入味之素、精鹽六分、胡椒，于深碗中混合好，再与猪肉絲、蘿卜絲、姜、葱一併拌匀。

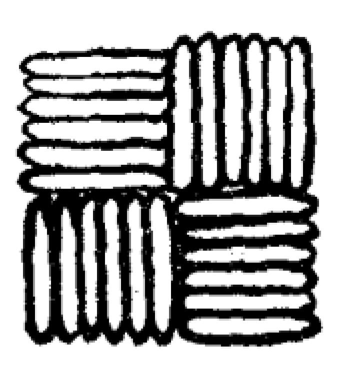


圖 10　松子肉摆法

3．豆油皮一張修成六寸寬、八寸長，平鋪案板上，而后把拌匀的猪肉絲、蘿卜絲等鋪在豆油皮上，鋪成七分厚，鋪上豆油皮的一半，再將另一半叠过来，接头处塗蛋清团粉封口，如圖 9。

4．鉄鍋倒入植物油燒沸，將叠好的豆油皮包放入炸透，炸成金黃色，潷去炸油，放盤中晾冷。再用刀切成一寸

半長、三分寬、七分厚的長条，共二十四条。以六条为一組，于碗中鑲成卍字形，如圖10。然后加二湯二兩淹沒肉条，上籠蒸三十分鐘取出，扣于碗內，再加奶湯四兩、精鹽七分即成。

(三) 特　　点

此菜香軟可口，营养丰富，特别适于冬季食用。

六六、回　鍋　肉

(一) 原　　料

猪　肉	一斤三兩	猪　油	六錢五分
豆瓣辣醬	五錢	四川豆豉	一錢三分
深色甜醬油	三錢	甜　醬	一錢九分
青　蒜	一兩三錢		

(二) 制作方法

1. 选用二刀猪腿肉，洗淨去毛，入湯鍋內煮二十分鐘，以煮至肉皮軟时为适宜；撈出稍晾，切成一分厚、一寸二分寬、一寸五分長肥瘦相連的片。豆瓣醬、豆豉均剁成細茸。青蒜多用蒜头部分，留少許青叶，洗淨，切成一寸二分長的段。

2. 鉄鍋內放入猪油燒沸，將肉片下入，炒至吐油时，將豆瓣、豆豉、深色醬油放入鏟匀，再把蒜段加入燜熟，約三分鐘即成。

(三) 特　　点

此菜为四川首創傳統名菜，味濃而香，与青蒜合炒，紅綠相襯，色味俱佳。

六七、包 燒 魚

(一) 原　　料

活鯉魚	一条(約一斤三兩)	猪網油	一斤
猪　肉	一兩三錢	芽　菜	三錢
鷄蛋淸	三个	团　粉	七錢
醬　油	一錢三分	料　酒	一錢三分
姜	二錢	葱	二錢
泡辣椒	二根	猪　油	七錢
鮮生菜	一束	精　鹽	一分

(二) 制作方法

1. 鯉魚去鱗去胆，剖腹去臟，切去头尖、尾尖，揩干水。把料酒、醬油、精鹽、姜、葱等同放碗內拌勻，將魚浸漬約五分鐘，取出揩干待用。

2. 芽菜洗淨沙渣，猪肉选用肥瘦的，洗淨去皮，泡辣椒去籽，共剁成細茸。鍋內放入猪油，燒沸，將剁好肉茸放入，炒熟后塞入魚腹。竹筷一支前端削尖，从魚嘴平穿插入魚尾，以免燒时魚身分裂。

3. 猪網油平舖开，用刀修整齐。鷄蛋淸与团粉混合調勻成为蛋淸团粉。把網油除留出約八寸長、五寸寬的面积外，其余全部塗上蛋淸团粉。然后將穿好的魚用網油包三至四層，未塗团粉部分的網油包最內一層。包好后用小叉一柄从魚腹部刺进(估計兩端分量相等)，由魚背刺出，放杠炭火上翻轉着烤約三十分鐘，至外面呈金黃色时即已酥透。然后將叉尖揩淨抽出，用刀划破網油將魚取出，抽出竹筷，網油最內一層摘除不用，其余切成二寸長、八分寬的長方形片，

鑲于盤中魚側；把鮮生菜洗淨切碎鑲摆盤中另一角即成。

(三) 特　　点

此菜味鮮而濃，酥脆芳香，宜于下酒。另外，烹制“包燒鴨”、“包燒鷄”时也适用这种作法。

六八、夾沙肉

(一) 原　　料

猪　肉	半斤	猪　油	一兩三錢
洗　沙	一兩半	玫　瑰	二錢
糯　米	二兩	紅　糖	三兩二錢
白　糖	六錢三分		

(二) 制作方法

1. 选用猪肥膘肉洗淨，去茸毛，入鍋內煮二十分鐘，撈出晾冷；用刀切成二寸半長、一寸半寬、二分厚的片十六片。再把每片肉的二分之一处横片一刀至肉皮处，不要把肉皮片断。

2. 鉄鍋內放入紅糖一兩三錢，炒至溶化后，加洗沙、猪油六錢半共炒均匀，約五分鐘鏟入碗內，加入玫瑰搗匀，分为十六份。然后于片好的肉片破口处逐一塞入炒好的玫瑰糖洗沙一份，压成扁形，再逐片摆在蒸碗內成圓形。

3. 糯米淘洗后在水中先泡三十分鐘，再用淨布包好，入籠蒸二十分鐘取出，在清水中浸一次，再入籠蒸二十分鐘，以蒸爛为适宜。取出，加紅糖一兩九錢、猪油六分半拌匀，放在蒸碗的肉片上，入籠蒸二小时。吃时翻扣于盤中，上面加白糖即成。

(三) 特　　点

此菜味甜色鮮，宜于酒后吃。

六九、軟炸肚头

(一) 原　　料

猪肚头	五兩	鷄蛋清	一个半
团　粉	五錢	猪　油	一斤(耗一兩半)
料　酒	一錢	姜(去皮)	一錢
葱	二錢	香　油	五分
精　鹽	五分	花椒末	五分
鮮青菜	一束	醋	五錢

(二) 制作方法

1. 猪肚头洗淨去筋，切成一寸二分長、八分寬、三分厚的塊；每塊上面划上距离一分半寬的斜十字花刀，漂于清水中。葱切成葱节，姜切成片，与料酒、精鹽同放碗內，將肚花瀝干水放入。浸約五分鐘后撈去姜、葱不用，以淨布揩干水气，把鷄蛋清与团粉混合入碗，將肚花拌匀。

2. 鉄鍋內放入猪油燒沸，投入肚花微炸，約三分鐘，以漏勻撈入盤中，把它分散开，不要几塊結成一团。此时鍋內炸油較前为燙，再將肚花放入炸至稍帶黃色，約四分鐘，泌去炸油，加入香油，以手勺炒勻，盛入盤中。

3. 鮮青菜淘洗后，切成粗絲，鑲于盤角。另以花椒末与精鹽三分拌勻盛入小碟；湯杯內放入醋加数滴香油拌勻，吃时分别蘸用。

(三) 特　　点

此菜香脆可口，佐酒下飯均宜。

七〇、鷄皮慈笋

(一) 原　　料

慈　笋①	兩斤	熟鷄皮	一兩三錢
猪　油	一兩三錢	鷄　油	三錢
精　鹽	四分	白　矾	四錢
姜	二錢	葱	二錢
味之素	三分	料　酒	三分
特級奶湯	一斤	二　湯	一兩三錢

(二) 制作方法

1. 慈笋剝去外壳，用刀削去外表老莖，把前端較嫩的切成薄片，愈薄愈好。鍋內加清水一碗和白矾，燒沸放入慈笋片汆約五分鐘，除去苦味，汆后漂于清水中（如吃笋的原味，則不用白矾水汆）。白色熟鷄皮切成一寸大的菱形塊，加料酒、二湯，入籠蒸二十分鐘待用。

2. 猪油入鍋內燒沸，放入姜葱，加奶湯燒开后，撿去姜葱，放入笋片，約燒五分鐘，加味之素，再將蒸好的鷄皮放入，随后加鷄油鏟匀，盛入湯盤即成。

(三) 特　　点

此菜清淡味鮮，宜于夏季吃用。

---

① 慈笋，产于四川盆地，長約数丈，夏季茂盛，称为慈竹。初生时出土約五寸，用以做菜，味苦而鮮，一般呼为慈竹笋。

七一、鷄豆花①

(一) 原　　料

老白鷄脯肉	二兩半	鷄蛋清	四个

团粉	二錢半	精鹽	六分
味之素	三分	胡椒	一分
特級清湯	一斤八兩	火腿	一錢
鮮菜心	一兩		

(二) 制作方法

1. 鷄脯肉要选用老白鷄的（此菜所用的鷄脯肉，必須选用老鷄的，經过攪打、煮熟后才能凝成如豆花形狀，用嫩鷄肉不易凝聚，煮熟时成为“鷄淖”。其次要选用白皮鷄，才能保証顏色雪白，雄鷄脯肉質粗不細，須捶成茸，但凝聚时仍有微細顆粒），去筋后用刀背捶成茸，再用刀口剁数遍，剁后再捶，盛入碗內。鷄蛋清与团粉混合后調匀。碗內的鷄茸先用清水以竹筷攪散，再逐次加入蛋清团粉、精鹽二分（用刀压为細末）、味之素一分、冷特級清湯一兩，每加一种佐料攪匀一次，分次加入，分次攪匀，最后攪为鷄茸糊。

2. 鍋內揩淨，加特級清湯一斤七兩，燒开时放味之素二分、精鹽四分，随后將碗內鷄茸糊以竹筷攪匀入鍋，燒至微沸时把鍋移于微火上燒十分鐘，鷄茸糊凝聚在一塊时即成豆花狀。將鮮菜心入鍋汆过，用清水漂透心，用刀修齐兩端，放于碗底；將鷄豆花舀于上面，再把火腿切成細末撒在豆花上即成。

(三) 特点

此菜形如豆花，鮮嫩，清爽，宜于夏季佐餐。

---

① 在四川，所謂豆花就是豆腐腦再經火煮比豆腐腦要老一些，用筷子就可以挑起来。

七二、菊花魚羹鍋

(一) 原料

鲫 魚	八兩	鷄胗肝	三个
生鷄脯肉	三兩	猪 腰	四兩
油 条	三根	粗饊子	二个
干 粉	五錢	油炸花生米	一兩半
白菜心	三兩	豌豆尖	三兩
菠 菜	五兩	香 菜	一兩
姜	二錢	葱	二錢
胡 椒	三分	味之素	三分
精 鹽	三分	猪 油	一兩
奶 湯	二斤半	鮮菊花	一朵
植物油	一斤(耗二兩)		

(二) 制作方法

1. 鲫魚洗淨，去鳞，去腸杂，去刺(刺留用)，用刀切成二寸長、一分厚、寬同魚身的薄片；鷄胗肝洗淨，去表皮，切成薄片；生鷄脯肉片为一寸長、八分寬的薄片；猪腰去筋和腰臊，切成鷄脯大小的薄片（以上薄片、愈薄愈好)。这四种片称为“四生片”，分别摆于七寸盤中成風車形。



圖 11 吃菊花魚羹鍋的席面

2. 植物油一斤入鍋燒沸，投入粉条，炸四分鐘成为黃色；花生米去紅皮；油条切成一寸長段；馓子搓碎（临上席时再用油炸一次以保持酥脆）；分别放入七寸盤內，称为“四油酥”。

3. 白菜心洗淨，用手撕去筋；豌豆尖淘洗，只留嫩苞；菠菜去老叶和菜根部分的粗鬚；香菜洗淨，分别放于七寸盤中，称为“四鮮菜”。

4. 姜一錢去皮切成細末，葱切成葱花，与胡椒、味之素共摆一碟，每样佔碟的四分之一。另以小碟盛精鹽备用。

5. 鮮菊花一大朵（最好为白色或黃色，忌用葯菊）用刀切去花蒂，抽出花蕊，仍以菊花原形放入盤中。

6. 鍋置火上，放入猪油，溶化后加入姜一錢（柏松）、葱一錢（切成五分長的短节），随即放入奶湯和魚骨刺，燒沸，約五分鐘撈去魚骨刺和姜、葱把湯舀入銅鍋內为魚羹湯。

7. 桌上放一粗磁深盤，盤內盛酒精，盤上加銅架，架上放湯鍋。吃时將酒精燃燒，鍋內湯沸时先將菊花放下，次將各类生片、生菜分别于湯內燙熟蘸配料吃（除生片生菜外其余油酥忌下鍋內）。如圖 11。

(三) 特　点

此菜宜于秋季吃，生片、鮮菜燙吃味清鮮、佐酒下飯均宜。菜內生片、鮮菜可按季节变动，但只能用四样。冬季改用梅花即名“梅花鍋”。

七三、一品海参

（从七三至七七共五种菜，根据成都市羣力食堂①制作經驗整理）

(一) 原　料

开烏参	二兩半	猪肉	五兩
冬笋	二兩	火腿	一兩半
口蘑	二錢	金鈎	二錢
醬油	二錢	猪油	七錢
精鹽	三分	料酒	七錢
水团粉	一錢三分	味之素	二分
二湯	一兩半		

(二) 制作方法

1. 整开烏参一支，先在微火上燎二分鐘，把粗皮燒成小泡，用刀刮尽，剖为兩片；入开水發泡二天（时間發得愈久，海参愈是軟透），取出洗淨腹內杂質。鍋內倒入清水燒沸，加料酒二錢，把开烏参放入汆第一次，滗去汆后的水，再如前法汆第二次。汆过以后，用布揩干，用刀于参的腹內划成棋子塊的花紋，使它易于攤开，用清水漂好待用。

2. 口蘑用清水泡發，去掉蘑脚，洗淨去渣；冬笋去壳，切去老蔸，肥瘦猪肉去皮洗淨；火腿用溫水洗淨；金鈎用清水淘洗；以上各料均切成三分方丁，鉄鍋內放入猪油燒沸，先將猪肉丁放入，再加火腿、冬笋、金鈎、醬油、料酒炒勻，約炒四分鐘，成暗紅色。

3. 取出漂好的海参，兩端用刀修切整齐，背面貼于蒸碗，把炒好的猪肉、火腿丁等裝入海参腹內，碗內加二湯、味之素、精鹽，碗口用紙封固，入籠蒸一小时。吃时翻扣盤中，滗出蒸碗內原汁加水团粉調勻，淋于海参上面。

(三) 特　　点

此菜鮮軟适口，色味皆备。用为一般海参席的头菜。

---

① 羣力食堂开設在成都市中心区总府街，原为著名川味餐厅荣乐园一部分職工所筹办。著名厨师陈紹書、李少堃等均有較高的烹調技术，如一品海参、粉蒸肉等是他們的拿手好菜。

七四、蝴蝶海参

(一) 原　料

刺参	一兩三錢	鯉魚	八兩
猪肉	一兩半	鷄蛋清	二个
团粉	二錢	胡椒	二分
精鹽	五分	火腿	一錢
冬笋	一兩	黑芝蔴	四十八粒
特級清湯	一斤三兩		

(二) 制作方法

1. 灰刺参先用溫水泡發，洗淨內外粗渣杂質。入鉄鍋內加清水以微火煨㸆（約二十分鐘），撈起用刀片成一分厚的薄片，再切成一寸二分寬、一寸長，共二十四片。然后用刀尖雕成蝴蝶形（如圖12）。

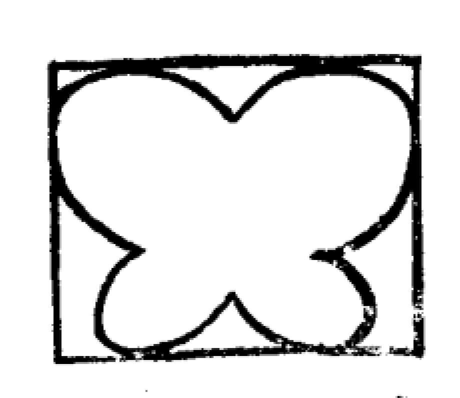


圖 12　用海参雕成的蝴蝶形

2. 鯉魚去鱗去头尾和刺，取淨肉剁为細茸；猪肉肥膘洗淨，剁为細茸；加蛋清約一个半、胡椒一分、精鹽一分三厘共入碗中，加清水少許攪为魚糝（糝的作法"詳金錢鷄塔"）蛋清半个加团粉攪勻成蛋清团粉。

3. 將蝴蝶海参片投入三級清湯中，加精鹽六厘煮約十分鐘，使之入味。而后撈出鋪于板上以淨布揩干，逐片把白色一面用蛋清团粉抹勻，再用刀尖沾碗內的魚糝放在蝴蝶片的中央，成为"蝴蝶"腹部（如圖13）；每片用糝要長一寸、寬三分、厚四分，形如橄欖。随后用手沾清水塗抹光滑。

4. 冬笋去壳，切成六分長的細絲四十八根，其余均切为三分長的短絲；火腿切成三分長的細絲；用手把火腿絲和笋絲相間地横鑲于腹部上面。另外，以兩根笋絲鑲于每个"蝴蝶"头部左右为触鬚，用細竹签前端沾水，蘸黑芝麻插入鬚側左右各一粒为蝴蝶眼，如圖14。

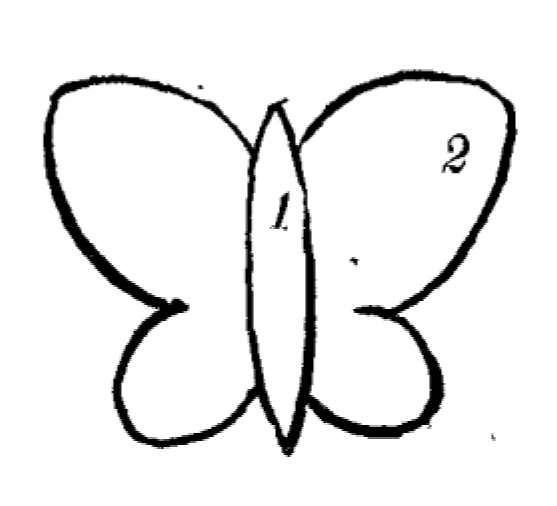


圖 13 中央塗上魚糝为蝴蝶腹部
1.魚糝；2.海参片

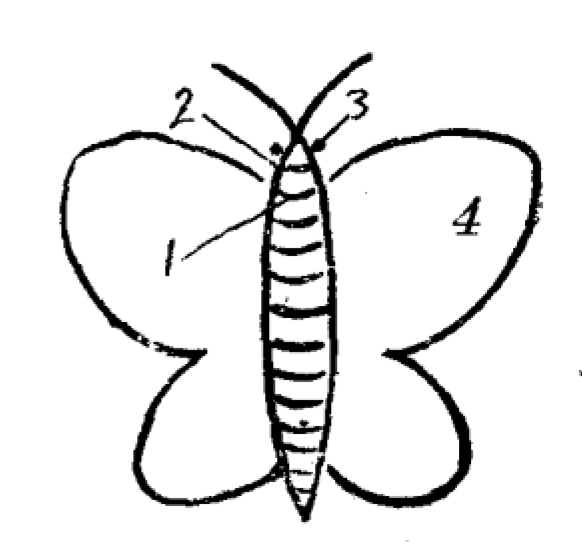


圖 14 蝴蝶海参
1.火腿絲；2.冬笋絲；
3.黑芝麻；4.海参片

5. 作好的蝴蝶形海参摆于盤中，入籠蒸三分鐘，定形时取出放湯碗內。碗內加特級清湯一斤三兩、胡椒一分、精鹽三分一厘即成。"蝴蝶"由于糝的关系，每个均浮于湯面。

(三)特　点

此菜系湯菜，湯鮮美可口，蝴蝶形狀美观。

七五、干煸鮮笋尖

(一) 原　料

鮮笋①	二斤	猪肉	二兩半
料酒	二錢	醬油	一錢三分
猪油	七兩(耗一兩半)	水团粉	一錢三分
葱	三錢	芽菜	三錢

胡椒	二分	二湯	三錢

(二) 制作方法

1．选用肥瘦相連的猪肉，去皮洗淨，剁为細茸。鮮笋去売，用小刀修除老莖，只留前端嫩尖，用滾刀切成一寸二分長的箭头形。葱切成細花。芽菜洗淨，切成細末。

2．猪油六兩二錢入鍋燒沸，將笋节投入炸三分鐘，撈出泌去炸油。另換猪油八錢入鍋將肉茸下入炒散，至炒出油时再加葱花、芽菜炒勻。随將炸好的笋节入鍋炒二分鐘，另將醬油（六分）、水团粉、料酒、胡椒、醬油七分，加二湯在碗內調为汁，傾入鍋內合燒，約三分鐘，舀入盤內即成。

(三) 特　点

此菜为应时鮮菜，味鮮香嫩，佐酒下飯均宜。

---

① 鮮笋，即春笋俗称"百稼子"。初出土时仅三寸長，外売色黄，上市时間为陰历正、二月間，故称为春笋。

七六、粉 蒸 肉

(一) 原　料

猪肉	一斤	鮮豌豆	四兩
大米粉①	二兩	姜米	一錢
葱叶	一錢	豆腐乳汁	三錢
糖糟汁	三錢	醬油	五錢
深色醬油	一錢三分	精鹽	一分
二湯	六錢	紅糖	三錢
花椒	六分		

(二) 制作方法

1．选用肥膘猪肉一斤，用溫水洗淨，刮去茸毛，切成

三寸長、一分半厚、一寸二分寬的肉片。

2. 花椒、葱叶混合剁成細末，与深色醬油、醬油、醪糟汁、豆腐乳汁、紅糖、大米粉一兩四錢、二湯，連同切好的肉片放入深碗內一起調拌均匀。然后將拌好配料的肉片逐片魚鱗式地平鋪于蒸碗內，有皮部分靠近碗底，瘦肉在上面，兩旁再用肉片一片片地鑲裝整齐，蒸好后翻过来皮就在上面了。

3. 豌豆淘洗干淨，加精鹽、米粉（六錢），放入拌猪肉以后的碗內拌匀，再放于肉片上面入籠蒸三小时；吃时翻扣在盤內即成。

(三) 特　　点

此菜味濃香，宜于下飯。

① 米粉：大米入鍋炒黃（不炒亦可），放粗齿石磨內磨成不均匀的粉粒即成。

七七、咸　燒　白

(一) 原　　料

猪肉	一斤	芽菜	二兩
四川豆豉	三錢	深色甜醬油	二錢
深色醬油	二錢	泡辣椒	四根
植物油	三錢		

(二) 制作方法

1. 猪肉选用猪肋条接近腹部一塊的五花肉，用溫水洗淨，刮尽肉皮毛茸。芽菜淘洗去渣切細与豆豉混合拌匀。泡辣椒去籽切成段待用。

2. 鍋內放植物油燒热，塗匀鍋底。肉片抹上深色醬油稍浸，即放入鍋中烙燙，至皮微皺醬油顏色已入肉皮时，取

出切成二寸半長、一寸二分寬、八厘厚的片共二十四片。把肉片每六片为一組鑲成卍字形，鋪于碗底，上面加深色甜醬油，放上泡辣椒，再將拌匀的芽菜倒上，入籠蒸二小时即成。吃时扣于盤內。

(三) 特　点

此菜味鮮色濃，宜于下飯。

七八、紅燒舌掌

（七八与七九兩种菜，根据成都市海棠春①制作經驗整理）

(一) 原　料

鴨舌	二十个	水团粉	三錢
鴨脚掌	二十对	味之素	一分半
火腿	六錢	胡椒面	一分
四川青菜头	一斤	醬油	三錢
精鹽	三分	料酒	六錢
水發口蘑	六錢	猪油	二兩半
姜片	二錢	高湯	十四兩
葱白	二錢	鷄油(明油)	三錢

(二) 制作方法

1. 取肥瘦凈火腿切成一寸四分長、四分寬、半分厚的片。鴨舌和鴨脚掌用清水洗凈，去掉表面粗皮，放入勺中，用沸水在旺火上汆十五分鐘（如系老鴨的脚掌，汆的时間还要長些），用手指甲掐一下，如皮骨將离即撈起；晾至不燙手时，將鴨掌皮剝开，去凈軟硬骨，鴨舌抽去軟骨，一同放入大蒸碗內；掺入高湯（四兩），加精鹽、姜片、料酒和葱白（一錢）与火腿片；上籠蒸四十分鐘左右即爛透。

2. 青菜头用清水洗凈，削去筋皮，切成長一寸四分、

寬厚各四分的長方条。將勺置于旺火上，放入猪油（一兩），等油燒热时將青菜头条放入𤆵四、五分鐘。再摻入高湯十兩，湯要淹沒菜心，㷄二十分鐘即爛，端至微火上燒着。

3. 另將勺放在旺火上燒热，放入猪油（一兩半）、葱白（一錢）𤆵至油冒大烟时，即將鴨舌、掌从籠內取出，去姜葱不用，將滋汁泌入油勺中。然后將勺中葱白撈去，加入醬油、味之素、胡椒面和口蘑等，用手勺攪勻；随即將舌、掌等倒入勺中一边，再將青菜头条从另勺中撈出（余湯不用）放入勺中另一边，同燒約四分鐘。等汁約余四兩左右时，用漏勺將菜心条撈出放在盤中心，再將舌、掌撈出放在菜心条上面。然后將水团粉入勺勾芡，淋入鷄油起勺，淋在舌掌上面即成。

(三) 特　点

此菜顏色金黃，味濃而鮮。副料蔬菜冬季宜用青菜头，春季宜用春笋，夏季宜用黃秧白菜或玉笋，秋季宜用板栗。

① 海棠春設于成都市青年宮花会会場。該店厨师馮德兴擅長烹制紅燒舌掌、荷叶蒸肉等菜，極受顧客欢迎。

七九、荷叶蒸肉

(一) 原　料

猪肥肉	五兩	豆腐乳汁	一錢三分
猪瘦肉	五兩	紅糖	三錢
鮮荷叶	四張	葱姜末	一錢三分
青黃豆	二錢半	大米	二兩半
醬油	三錢	花椒	十粒
深色醬油	二錢半	大料面	一錢二分
甜醬	三錢	料酒	六錢
酒釀	三錢		

(二) 制作方法

1. 將大米、花椒、大料面等一併放入勺中，在微火上炒成黃色；再用小石磨磨成米粉。

2. 取連皮的猪肥肉和淨瘦肉各半斤，刮洗干淨，摘淨毛；肥肉切成一寸半長、一寸寬、一分二厘厚的片，瘦肉切成厚一分、長寬与肥肉相等的片，各切二十片。另將深淺色醬油、料酒、甜醬、酒釀、紅糖、豆腐乳汁、葱姜末等一併放入盆內拌匀，將肥瘦肉片放入調拌后醃十余分鐘，使之入味；再將米粉放入拌匀（如太干可加少許清水），使米粉沾在肉片上。青豆（即嫩黃豆，嫩时为青色）用清水洗淨。

3. 將鮮荷叶用清水洗淨，放开水里燙一下，使它柔軟不易折断；然后切成四寸長的等边三角形共二十張，取肥肉片一片放在叶內，再放入青豆五、六粒，上面摆上瘦肉片一片包好。一共包成二十个，摆入盤內，上籠蒸三小时即熟。取出即可食用。

(三) 特　　点

此菜顏色金黃，味咸甜，宜于热吃，鮮美清香，别具風味。用鮮荷叶包裹，是取其清香味，故宜于荷花盛开时节烹制。吃时由食用者自己剝去荷叶。

八〇、釀　冬　菇

（从八〇至八三共四种菜，根据成都市杏花村①制作經驗整理）

(一) 原　　料

干冬菇	三兩	鷄脯肉	二兩半
鷄蛋清	四个	胡椒面	二分半
干团粉	一兩	味之素	三分

料酒	一兩	冬笋(淨)	一兩
精鹽	一錢	熟火腿	六錢
黃秧白菜心	一兩	葱白	二錢
醬油	四錢半	姜	二錢
水团粉	六錢	猪油	二兩
鷄油	六錢	猪肥膘肉	一兩半
鷄湯	四兩		

(二) 制作方法

1. 干冬菇选菌盖直徑約八分、大小均匀的二十四朵,用清水一大碗泡半小时;至泡脹而未全脹时滗去水(另作他用),換清水用手指在冬菇周圍凸凹不平地方掏去泥沙,淘洗干淨,用刀齐盖底切去莖(作別用)。然后放在沸水中煮約十分鐘,端离火口浸泡十分鐘撈出;再換清水燒沸同样再煮一次,滗去煮水不用。此时菌盖直徑已發脹至一寸二分左右,即巳干淨脹透。

猪油(一兩)倒入炒勺內,在旺火上燒至五分热,將葱白段、姜(去皮拍松)、精鹽(三分)、料酒(三錢)、鷄湯(二兩)依次放入拌匀,再加入冬菇、味之素(一分)、胡椒面(一分半)同燒五分鐘,使冬菇入味,將湯滗去,把冬菇撈入箵箕中將水濾干;然后在盤中攤开,切去莖的一面,向上摆好待用。

2. 鷄脯肉去掉外面一層白膜,在菜墩上用刀背捶成茸,边捶边用刀口刮去肉內白筋,捶至極細为止。猪肥膘肉用刀剁成肉泥(肉泥如同油脂,但不能化油;热天为了避免在剁时化油,可先將肥膘肉放在冰箱內冰冻后再用,因化油要影响攪成糁)。

大碗內放入清水一兩,把鷄茸投入用竹筷順着一定方向

攪打五分鐘，要攪散攪匀；随后放入鷄蛋清（二个）繼續用力同样攪打十分鐘；再加入精鹽(三分)、味之素(一分)、料酒(三錢)、水团粉(三錢)，同时加入肥肉泥，用力攪打五分鐘成稀糊狀（用筷醮一点滴在清水面上不沉底），即成鷄糝。

鷄蛋清二个与干团粉調匀成为蛋清团粉，在盤中摆好的每个冬菇上的凹处抹上一層，再用湯匙舀着鷄糝填滿，随用湯匙刮平。然后裝入蒸籠内（有糝一面向上），上籠㸙蒸五分鐘，熟后取出待用（临用时才取，以保持热度）。

3．火腿、冬笋切成長一寸三分、寬三分、厚半分的片。黃秧白菜心切成一寸半大小的塊。猪油（一兩）放入炒勺内，在旺火上燒至五分热，即放入切好的火腿、冬笋、黃秧白菜，用手勺翻攪兩下，再迅速加入料酒（四錢）、精鹽（四分）、醬油、鷄湯（二兩）、味之素（一分）、胡椒面（一分）等佐料，用手勺攪匀。同时把蒸熟的冬菇翻入盤内（要使冬菇盖頂向上），即用水团粉將汁勾芡，淋入鷄油，再把汁全部淋于冬菇面上即成。

(三) 特　点

此菜冬菇細嫩松脆，菌香味特濃，鮮美可口。

---

① 杏花村开設在成都市騾馬市街，該店刘文俊厨师系原犂力食堂的有名厨师，这里所介紹的几种菜，是他所最擅長的。

八一、軟炸口蘑

(一) 原　料

口蘑	二兩半	猪油	一斤(約耗三兩)
鷄蛋清	三个	鷄湯	五兩
精鹽	六分	干团粉	一兩三錢
味之素	二分	料酒	六錢三分

姜（去皮）	二錢	胡椒面	一分半
葱	一錢三分	香油	一錢八分
番茄醬	二兩	白糖	少許

(二) 制作方法

1. 口蘑选用大小均匀的，用清水泡半小时滗去水作别用，再换清水淘洗去泥沙，洗淨后用沸水煮十分鐘，而后再換水煮十分鐘，發至脹透，即成水發口蘑。鷄蛋清与团粉調成干湿适度的蛋清团粉。

2. 猪油六錢放入勺內在旺火上燒至五分热，放入葱姜稍煸，即依次加入鷄湯、口蘑、料酒、精鹽、味之素、胡椒面等，燒約八分鐘，用鉄漏勺將口蘑撈出，入脊箕內瀝干水，放入蛋清团粉內拌匀，使每塊口蘑都能裹上一層。

3. 猪油放入勺內，于旺火上燒至五分热，將裹好蛋清团粉的口蘑逐个放入稍炸，若火过旺，即將勺端离火口。炸至口蘑上的蛋清团粉剛熟（看不見黄色，仍是白的）即撈入盤中。要边放边撈以免炸糊，若有粘連，可用手掰开。再將勺在旺火上燒至八分热，將盤中炸过的口蘑全部倒入，炸約五分鐘，呈金黄色时滗去炸油，随即淋入香油，撈出盛入盤中。另以四个小蝶盛入番茄醬（番茄醬二兩，加香油、白糖、味之素、精鹽各少許）蘸食。

(三) 特　点

此菜口蘑皮酥內嫩，清香可口。

八二、清湯魚卷

(一) 原　料

鯽魚	九条（約十二兩）	胡椒面	二分

鷄蛋淸	三个	味之素	二分
猪肉	二兩半	料酒	三錢
干团粉	四錢	葱姜末	一錢
鷄脯茸	一兩半	黄秧白菜心	一兩
精鹽	六分	鷄湯	十三兩

（二）制作方法

1．取猪背柳肉二兩半，用刀剁成碎末（愈碎愈好），放入大碗中，加鷄蛋淸（一个）、葱姜末、料酒、精鹽（二分）、胡椒面（一分）和味之素（一分）等，用竹筷攪打十分鐘，使之均匀，便成細餡。另將鷄蛋淸二个加入干团粉，攪打成蛋淸团粉。

2．鯽魚去鱗，用小刀分別剖腹去臟，用清水洗净；平放在平整的菜墩上，魚头向左，魚尾向右，左手指按着魚腹，右手持刀，先直刀从魚尾与魚身相連部位切入，前刀口將达魚脊，后刀口达剖腹線，即將刀放平，刀背向右、刀口向左、擦着魚脊骨慢慢向左片削，左手相应后移。片至魚腮部位，取出刀从上面將魚片割下。另一面亦如前法將魚肉片下，剩下头尾中連脊骨不用（可以熬湯）。然后把片下的兩片魚肉修去魚鰭成長方形魚片。再分别將魚片腹内一面向上，平放在菜墩上，从背脊方面进刀，輕輕將刺片下。然后再將每片魚肉片薄为兩片，即每尾魚可片出四片，共三十六片（每片長約二寸、寬七分。操作要細致，动作宜沉着緩慢，片刀愈薄愈好，否則容易片坏）。用平盤分片攤开。

3．將魚片抹上一層蛋淸团粉，用竹筷夾細餡放在寬的一端，卷成一分硬幣大的圓筒狀。全部卷好后平放在盤內，上籠蒸約八分鐘即熟（將熟即可，过久便老了不好吃）。黄秧白菜心順切成兩半，用沸水汆五分鐘，撈起用清水漂着。

4. 將勺置于旺火上，放入鷄湯、加精鹽(四分)、胡椒面(一分)、味之素（一分）燒沸。將鷄脯茸加清水四兩調匀，倒入湯勺中一半，用手勺慢攪，以免鷄茸沉底粘勺，等湯重开，湯面即浮起泡沫。随將湯勺端离火口，但仍以勺半边着火，泡沫即向不着火的半边聚集，即用漏勺將泡沫打去；再重放在旺火口上，如前法用另一半鷄脯茸清一次，便成清湯。

5. 將蒸熟魚卷从籠屜內取出，平摆入翠玉色的缽碗內成卍字形，四边鑲黃秧白菜心。左手持手勺反扣于菜上方(注意不要使勺挨着菜)，然后將清湯从勺背上淋下，以免將魚卷摆的样式冲坏，即可食用。

(三) 特　　点

此菜为别具風味的四季湯菜，湯清如水，顏色乳白、芽黃与翠玉相映，鮮艳美观，味鮮嫩清淡。如配以竹蓀，即为竹蓀魚卷。亦可配以鴿蛋或口蘑、鷄蒙等等。

八三、紅燒甲魚

(一) 原　　料

甲魚	一只(約二斤)	葱白	四錢
猪肉	半斤	精鹽	六分
鷄翅	八个(約六兩)	醬油	七錢
独蒜	二兩	深色醬油	三錢
料酒	六錢	味之素	三分
鷄油	三錢	胡椒面	一分
猪油	一兩半	高湯	一斤三兩
老姜	四錢	鷄湯	二斤

(三) 制作方法

1. 猪肉选用五花的，洗凈切成塊（此菜熬湯取汁不用肉，塊的大小以用于其他用途而定）。鷄翅膀切去翅尖，剁为兩段。猪肉与鷄翅一同用沸水在勺內汆五分鐘，除尽浮沫渣滓后撈出。將勺置于旺火上，放入猪油和姜一塊（重二錢，拍松）、葱白段（二錢），再放入猪肉、鷄翅，一併煸四、五分鐘，加深淺色醬油和精鹽，再烹入料酒，加入鷄湯燒沸，倒入砂鍋，加蓋，放在偏火眼上，煤着即为老湯。凈大蒜裝盤上籠蒸爛。

2. 將甲魚平放在菜墩上，腹部向上，头即伸出。等头伸出后，一刀斬断，放凈血。勺內水燒沸，將甲魚放入汆約十分鐘（用手指甲能刮掉裙边上的粗皮为度，过久或不够火候都不易刮掉。汆的时間，視甲魚老嫩而增減）撈起；用小刀將甲魚壳周圍的裙边、腹部軟皮与四肢粗皮刮凈。再入沸水中汆約十五分鐘，去掉背上甲壳和內臟，用清水洗凈，切去脚爪，横剁成二寸長的塊。再用沸水汆約五分鐘后，在清水中漂十五分鐘；然后再用高湯加姜和葱白段，用微火汆約八分鐘，去其泥腥味。撈出后（汆湯不用）放入煨有猪肉和鷄翅的"老湯"鍋內煨十分鐘，至甲魚肉爛透、湯汁約余四兩左右时，即倒入勺中，將猪肉塊挑出另作他用，鷄翅撈出放在盤中心。然后將勺放在旺火上，將大蒜从籠內取出放入，用手勺輕輕翻攪，等滋汁濃縮約二兩多时，加入胡椒面、味之素，淋入鷄油起勺，倒在盤中鷄翅上；再用竹筷將裙边夾在面上即成。

(三) 特　　点

此菜色澤金黃，味濃而鮮美，肉爛可口，富于营养。但須注意龟鱉肉不可与莧菜同食。

八四、烘椿芽蛋

（从八四至八七共四种菜，根据成都市食时飯店①制作經驗整理）

(一) 原　　料

鷄蛋	五个	精鹽	四分
椿芽尖	三錢	味之素	一分
湿团粉	三錢	猪油	二兩半

(二) 制作方法

1. 將鷄蛋打入大碗中，再將湿团粉加清水二錢和匀加入。用竹筷在碗內攪打約一分鐘，待它匀和时，加入精鹽和味之素，幷將椿芽尖叶剁成碎末一倂放入，再繼續攪打匀和。

2. 將勺置于旺火上烤热后，放入猪油二兩，燒至冒烟即移于微火上（火上薄薄盖一層炭末，不要燃明火，以免把蛋烤糊），將攪好的鷄蛋倒入勺中，取碗一个扣在勺中鷄蛋上。再分次將猪油半兩从勺的周边淋下，約烘十分鐘，用竹签插入鷄蛋內提起驗看，已干即是烘好。然后將扣碗換圓盤复于勺中。泌去余油后，將烘蛋翻扣在盤中即成。

(三) 特　　点

此菜系烘烤而成，故色澤金黄，味咸香而鮮美，皮酥里嫩。冬末春初季节椿树始發新芽，鮮嫩清香，故宜于此时食用。

① 食时飯店开設于成都市提督东街口，已有二、三十年历史，店內老厨师張榮兴有四十余年烹調經驗。

八五、芋芋燒鴨

(一) 原　　料

仔鴨	一只（約二斤半）	醬油	一兩三錢

水菜芋①	一斤半	精鹽	六分
豆瓣醬	一兩半	料酒	一兩半
花椒	十粒	味之素	二分
嫩姜片	五錢	胡椒面	一分
蒜片	三錢	湿团粉	三錢
蒜苗段(一寸長)	一兩	混合油	三兩
高湯	一斤		

(二) 制作方法

1. 將水菜芋切成長一寸六分、寬厚各四分的長方条，用沸水在旺火上汆兩次，去其石灰水味，然后漂入溫水中。將仔鴨宰杀退毛，剖腹去臟，洗淨剔骨，头頸、翅尖和脚掌剁去不用，再剁成長一寸半、寬五分的長条塊。

2. 將勺置于旺火上燒热，放入混合油燒至冒烟时倒入鴨条炒除水分，至鴨条現黃色斑点即鏟起来。余油留勺中，放入花椒粒和豆瓣醬煽酥后，加入高湯，用漏勺將花椒粒、豆瓣醬渣漏去。然后再將鴨条放入，同时加入姜、蒜片和料酒、精鹽与醬油等，用盖盖好，燒二十分鐘左右，至鴨条已达七成爛时，即將菜芋用箵箕撈出，瀝去水加入勺內。再加胡椒面，攪匀盖好，繼續燒二十分鐘，至鴨条已爛、剩汁約三兩时，加入蒜苗段燜一下；随即放入味之素，并將湿团粉加清水三錢調匀后倒入勾芡起勺即成。

(三) 特　　点

此菜滋汁紅亮，味濃而鮮。

---

① 水菜芋又名黑豆腐，顏色灰黑，系芋片（屬薯类）与大米磨粉制漿，加石灰水煮凝而成，狀如豆腐，一般常与泡豇豆末、泡辣椒末用植物油炒燒食用。

八六、魚香茄餅

(一) 原　　料

茄子(淨)	四兩	料酒	八錢
肥瘦肉	三兩	醬油	六錢
火腿(罐头)	六錢	醋	五錢
淨鮮笋	一兩	白糖	三錢
金鈎	三錢	味之素	二分
鷄蛋清	三个	紅泡辣椒	一兩
干团粉	一兩	湿团粉	六錢
精鹽	三分	高湯	二兩半
姜末	二錢半	植物油	二斤(耗四兩)
蒜末	二錢半		

(二) 制作方法

1. 鮮嫩茄子去皮削成直徑一寸三分的圓柱狀，再切成三分厚的片三十六片，共重四兩。选用大膘猪的背柳肉二兩、肥膘一兩，混合剁成肉末。金鈎用沸水泡一小时，再用温水洗二、三次去其咸腥味，与火腿、鮮笋分別剁碎如小米粒大。大碗內放入醬油(一錢)、精鹽(一分)、味之素(一分)、湿团粉（二錢)、加清水五錢調匀，再加料酒（二錢)，与猪肉末、金鈎末、火腿末、鮮笋末等一併用竹筷攪匀成为混合肉末。

2. 將鷄蛋清和干团粉一起用竹筷攪匀，再加入精鹽一分調成蛋清团粉。

3. 將茄片逐片平放在菜墩上，用刀均匀地片为兩片，进刀深度一寸，留三分相連。分別釀入混和肉末成釀茄片。

4. 將植物油舀入勺中，放在旺火上燒至微冒烟时，即

移微火上，然后用手逐一將釀茄片立着在蛋清团粉中滚一轉，沾上封口处，随即放入油勺中炸；要边沾边炸，不可全部沾好再炸，否則易裂口。待茄片炸至周边呈金黄色則撈起，边炸边撈。全部炸完后，把余下蛋清团粉加入清水少許調勻，將茄餅放入，用手从下向上輕輕翻轉把蛋清团粉沾裹完，再放入油中炸成金黄色撈起瀝尽油，摆入盤中。

5. 勺內留油一兩半，泌去余油，放在旺火上，待油冒煙时下入姜、蒜末炒酥。随將醬油（五錢）、精鹽（一分）、湿团粉（四錢）、料酒（六錢）、味之素（一分）、白糖、紅泡辣椒末（將泡辣椒剁成極細碎末）等放在一个碗內，加高湯一同傾入勺中，燒至湯濃縮冒大泡时，放入葱末起勺淋在茄餅上即成。

(三) 特　　点

此菜顏色金紅，味甜酸，外酥內鮮，別具風味。

八七、萝卜連鍋

(一) 原　　料

猪肉	一斤	干辣椒	五錢
白蘿卜	一斤三兩	花椒	二十粒
葱白	三錢	豆瓣醬	一兩半
老姜	二錢	醬油	一兩半
植物油	一兩半	味之素	二分

(二) 制作方法

1. 选生厚膘猪腿一只，在离肛門二寸远处取三寸二分寬的肉一塊，重一斤，去毛刮洗干凈。勺內放清水七斤（一次加足，不要再添），在旺火上燒沸，放入猪肉，至重燒沸时用漏勺打去浮沫（在制作过程中要随时打去浮沫）。随即加入

花椒十粒，并將老姜拍松放入，用木盖盖好，煮十分鐘左右，用削尖的竹筷从肉皮上往下插，略微用力，一穿即透便够火候。然后撈出晾一下，等热度稍降低不太燙手(晾一下則肉遇冷收縮而皮尙未凉时好片，但皮冷透則不好片)时，按肉絲横切成兩塊。把肉塊放在菜墩上，皮向右方接近菜墩边緣；右手持刀，刀背向右、刀口与肉皮平行；左手拇指翹起，余四指併紧、指尖上翹按于肉上，將肉片成三寸長、寬从肉厚的薄片，愈薄愈好。

2．蘿卜去皮洗淨，切成一寸七分長、一寸寬、三分厚的片，連同葱白放入 煮 肉 湯 中煮六、七分鐘。至蘿卜片剛爛，即將肉片倒入勺中攪匀，与蘿卜片同煮二、三分鐘；蘿卜爛透时加入味之素一分半即成“連鍋”。(烹制中隨时注意把勺盖好。)

3．花椒十粒与干辣椒一同放入勺中，在微火上用手鏟不停翻炒，至辣椒剛炒酥时滴入植物油少許炒匀，鏟起碾成辣椒面，用大湯杯盛起。將植物油燒热，等溫度降低一半时倒入辣椒面中，隨即加入豆瓣醬、醬油、味之素(半分)等，調匀为料碟(料碟可备一、二碟或每人一碟)与連鍋一同上席。

(三) 特　　点

此菜系湯菜，色乳白，宜热吃。肉料取材要保証煮熟切片时肥瘦皮連不脫，入口肥而不膩，瘦而不綿。吃时蘸調料，味麻辣鮮香，湯系生燒，回味鮮甜。此菜四季咸宜，在冬季佐餐常盛入火鍋上席，以保持菜热湯鮮，故名“連鍋”。

八八、渾漿豆花

（根据成都市竹林小餐制作經驗整理）

(一) 原　料

黄豆	七斤半	熟石膏	一兩四錢七分
豆豉滷①	酌量	口蘑醬油	酌量
豆瓣油辣椒②	酌量	花椒面	酌量
芝麻醬	酌量	蒜泥	酌量

(二) 制作方法③

1. 泡黄豆至挤漿　黄豆（在成都以选用东山黄豆为佳）七斤半去淨泥砂和杂質，用清水（無碱性和無咸味者）淘洗干淨，再換水泡六小时。随即泌去一部分泡水，用有石盤的手推石磨把黄豆磨成極細的漿。石磨漏口处套一个薄細紗白布口袋（長三尺五寸、寬一尺八寸），袋底放木盆一个，磨好的漿即流入口袋中。全部磨完后，將布袋提起放于大筲箕中，再將筲箕放于大木盆內，用手挤出豆漿。挤干后，將豆漿倒入水桶內，再將口袋放于木盆內，加清水二木瓢在口袋中，用手將豆渣尽力揉洗，随即把口袋放入筲箕中，再放于木盆內，用手挤干豆漿。这样反复操作二、三次，挤淨豆汁，去渣不用，得漿八十三斤。

2. 煆石膏和碾面　选用成塊的夾層石膏（白而透明者为佳），用刀撬成片，去淨紅色杂質及其它金屬；放于旺火上煆燒透心（以將散未散时为度），碾成粉末，用双絲籮篩去淨粗粒，即得極細末。

3. 熬漿和做成豆花　大鍋內舀入清水一斤半，用大旺火燒开，倒入豆漿七十三斤，至再燒开时將下余豆漿十斤放

入；过一分鐘，即將燒好豆漿全部舀入水桶內。瓦缸一口洗淨，將石膏粉末一兩四錢七分放入，加清水六兩攪勻，並將石膏水抹于缸內四周。再將豆漿倒入缸中，此时豆漿上起一層雪白的泡沫，厚一寸半左右，盖上盖燜五分鐘后，揭开盖，把竹筷一根插入豆漿中，如竹筷笔立不倒，豆漿就作好了；如竹筷傾倒就表明豆漿作坏了，但还可补救。然后又加盖燜五分鐘，随即用大平盤將缸內豆花一大片一大片地舀入鉄鍋中，將鍋放小微火上。再把圓平盤四个（每个重約一斤，重量不够者，盤上可另加其他潔净东西），平摆在鍋內豆花上，压出部分水分，豆花便做成了。从泡黃豆挤漿到做成豆花只能在兩小时內完成。

点漿不良的解救方法是用石膏粉末五錢加清水一兩攪勻，用手沾石膏水均勻地洒于豆漿之上，复盖燜五分鐘即成。

4. 吃法 此菜吃法有兩种。一种是做渾漿豆花（又名过江豆花）：將豆花舀入湯碗中，舀时帶汁水，另具調料碟（每人一个），碟內放醬油、豆豉滷、豆瓣油辣椒、芝麻醬、蒜泥等，一同上席。另一种是做干豆花：將豆花舀入菜碗中，泌干水分，加醬油、豆豉滷、豆瓣油辣椒、花椒面、芝麻醬、蒜泥等（其份量以豆花多少而定）上席。

(三) 特　点

豆花是豆腐腦經微火煮后較豆腐腦为老的一种食品，四川小吃店和飯舖都用来作原料，並有做成豆花面的。成都市制作豆花有名的，除“竹林小餐”外，还有“譚豆花”“吳豆花”等。此菜軟嫩，味麻、辣、咸，最宜于下飯。

---

① 豆豉滷制法

(一) 原　料

豆豉	二斤	植物油	半斤

八角面	二錢	肉桂面	二錢
深色醬油	半斤	精鹽	二兩半
清水	十五斤	水团粉	二兩半

(二) 制作方法

將鍋放火爐上燒紅，放入植物油燒开。將豆豉二斤（选用成都市太和号醬园所制的为佳）放入鍋内炒酥，研爛，加清水一斤，再用鉄勺背輾成糊。随后加八角面、肉桂面、醬油、精鹽、清水（九斤)用旺火熬，待水分減少时，再分三、四次將余下的清水五斤放入。熬至得滷水十斤左右时，將水团粉攪匀放入鍋中燒开即成。

② 豆瓣油辣椒

(一) 原　料

豆瓣辣醬	二兩半	辣椒面	二兩半
植物油	半斤		

(二) 制作方法

豆瓣辣醬（以四川郫县的为佳）用刀剁細，和辣椒面拌匀。鉄鍋放旺火爐上，放入植物油燒沸舀起，盛入盆中。待五分鐘后，將豆瓣辣醬和辣椒面一起放入攪匀即成。

③ 泡黃豆的时間和石膏用量应随季节和气溫而定。天气越热，泡黃豆的时間越短，石膏用量越少，从推漿至做成豆花的时間越短。天气越冷，泡黃豆的时間越長，石膏用量越多，从推漿至做成豆花的时間就越長。按成都气候而言一般是：泡黃豆时間春季十二小时；夏季四月十小时、五月八小时、六月六小时；秋季七小时；冬季十月十小时，十一月十二小时，十二月十四小时。石膏用量：冬季气溫5～7度用二兩一錢（漿重以八十三斤为准），余可类推。这里所介紹的是根据竹林小餐在七月間（当时气溫27～29°C）所做成一鍋豆花的实际經驗整理而成。

八九、燒牛头方

（从八九至九八共一〇种菜，根据重庆市頤之时餐厅①制作經驗整理）

(一) 原　料

水牛头頂肉	六斤	精鹽	一錢
料酒	一兩三錢	香油	三錢半
生鷄油	一兩三錢	猪油	一兩
老姜(拍破)	七錢	冰糖	一錢半
葱(切成段)	七錢	母鷄湯	一斤二兩

肥火腿（一整片）	一兩	鮮菜心	半斤

(二) 制作方法

1. 牛头頂肉在爐火上將毛燒掉，刮洗干淨，入鍋內寬加清水以微火炖約五小时至微炬。然后用刀削淨表面粗皮及瘦肉，切成長一寸三分、寬四分、厚一分半的塊，入沸水內連續換水汆二次，以去其膠質和臊气。煮后放在碗里，加姜四錢、葱四錢、料酒及火腿，上籠蒸到九成炬时，取出，揀去姜、葱、火腿不要。

2. 猪油二錢入鍋燒热，放入姜三錢、葱三錢稍爆一下，随即加进鷄湯、牛头肉、精鹽、鷄油、冰糖色（猪油一錢半与冰糖炒后即成冰糖色）。燒沸后，置偏火口上煨到極炬时，去姜、葱、鷄油渣不要，移旺火上收濃湯汁，淋上香油，轉盛盤內。再以猪油六錢半炒好鮮菜摆放盤边佐食即成。

(三) 特　　点

此菜味極濃厚，滑潤柔軟，色澤紅亮。为頤之时餐厅名菜之一。

---

① 頤之时創設于成都，菜肴工精料眞，以清淡見長。解放后，迁移重庆鄒容路，吸收了著名菜館白玫瑰、長美軒（均巳歇業）的部分廚师參加工作，1958年又將名小吃"老四川牛肉"併入。現在該餐厅是重庆技术力量比較强，設备比較精雅的高級餐厅，厨师周海秋、江浙澄和点心师唐治荣等均巳有近四十年的丰富經驗。

九〇、烟熏排骨

(一) 原　　料

猪排骨	二斤	香油	一錢半
精鹽	九錢	花椒	一錢半
葱（切成段）	二根	糯米酒汁	一兩
老姜（拍破）	三錢	植物油	二斤（实耗一兩半）

（二）制作方法

1. 排骨去边尖，修理齐整，以三个肋骨为一組切成長方形的塊；把精鹽与糯米酒汁調勻抹在排骨的兩面，重叠着放在大碗內。葱、姜、花椒夾放在排骨的中間，上籠蒸到剛熟（忌久蒸过熟）即行取下，入沸滷水（一般滷菜的滷水）中煮到稍用力便可將肉与骨分开的时候，撈出晾着。

2. 鍋內植物油燒热后，將鍋提离火口，等到只有溫热时放入排骨，將鍋重置火口上，使油的溫度逐漸增加，逐漸浸入排骨內。煎到已有七成火候时，以漏勺撈起轉放燻爐內鉄絲架上，以燃着的鮮柏树椏枝烟燻約五分鐘，取出刷上香油，用刀从骨縫处切断，剁成長一寸的塊，盛入盤中即成。

（三）特　　点

此菜極为鮮嫩，有松柏枝的烟香味，淸香爽口。为原長美軒食店名菜之一。

九一、宮保腰塊

（一）原　　料

猪腰	八兩	醬油	六錢半
辣椒	五錢	白糖	三錢半
料酒	四錢	醋	三錢半
水团粉	七錢	老姜	一錢半
葱	一兩	花椒	十粒
蒜	一錢半	辣椒粉	六分
味之素	七厘	高湯	一兩
精鹽	一分半	猪油	一斤（耗三兩半）

（二）制作方法

1. 將猪腰洗淨，片成兩塊，去腰臊，用刀在腰的里面

立划（即刀与腰成直角下刀，与斜划有别）深約腰厚三分之二的十字花刀；然后切成長一寸、寬八分的塊，与料酒、精鹽及水团粉五錢拌勻。白糖、醋、醬油、味之素、高湯及水团粉二錢同盛一碗中兌成汁子。辣椒切成馬耳朵形的段。姜、蒜切薄片。葱切六分長的段。

2. 猪油下鍋，在旺火上燒到八成火候时，放下腰塊滑散，以漏勺撈起。鍋中留油約二兩，泌去余油，放进辣椒段炒成黑紅色时，加入花椒、腰塊、葱、蒜、姜、辣椒粉，快炒五、六鏟；随即沿着鍋边傾下已兌好的汁子，迅速翻炒二、三下，鍋內鼓小泡时即起鍋。

(三) 特　　点

此菜脆嫩鮮香而帶甜、咸、酸、辣各种味道，酒飯均宜。

九二、姜爆鴨絲

(一) 原　　料

凈烟熏鴨肉	九兩	白糖	三分
芹菜	二兩半	猪油	二兩半
青蒜	一兩半	醋	一分半
豆瓣辣醬(剁碎)	七錢	醬油	二錢
鮮紅辣椒	一兩半	子姜	一兩半

(二) 制作方法

1. 烟熏鴨肉洗凈，切成二寸長、一分粗的絲。芹菜、青蒜洗凈，去头及粗叶，切成二寸長的段。子姜刨皮，辣椒去蒂，均切成一寸半長、一分粗的絲。

2. 鍋燒到六成火时，放下猪油、鴨肉絲、姜絲、辣椒

絲稍炒，随下豆瓣辣醬，炒几鏟后，繼下芹菜、青蒜、醬油。炒至芹菜、青蒜已熟，即加进白糖炒勻，随即淋下醋起鍋。

(三) 特　　点

此菜鮮嫩而帶烟熏香味，色亦美观，酒飯均宜。

九三、犀埔鰱魚(鮎魚)

(一) 原　　料

鮮鰱魚(即鮎魚，仔魚最好)	二斤	肥瘦肉絲	一兩
猪油	二兩半	料酒	一兩半
豆瓣辣醬	一兩半	味之素	一分
醬油	三錢	醋	一兩
水团粉	半分	白糖	七錢
蒜瓣	一兩半	泡辣椒(剁碎)	三个
黃葱(八分長的段)	二兩	高湯	六兩
植物油	三斤(耗二兩)		

(二) 制作方法

1. 魚杀后去內臟，洗净，在魚背兩側每相距六分用刀斜划約一分半深的刀綫。植物油在鍋中燒到微冒青煙时，將魚入鍋微炸，至魚皮發硬呈淺黃色即撈出。又將黃葱、蒜瓣分別先后下鍋炸一下，撈置一旁待用。

2. 猪油入鍋在明火上燒到五成火候时，放进豆瓣辣醬炒酥。随即加进高湯，沸后撈去豆瓣渣不要，放入魚、肥瘦肉絲、葱、蒜、泡辣椒、醋、白糖、料酒。以微火將魚燒到半熟时，輕輕翻面再燒，巳全熟时，放下味之素，魚即撈起置盤中。將鍋移旺火上，放进水团粉勾芡，立即起鍋淋在魚

上即成。

(三) 特　　点

此菜味甜酸微辣，魚肉極細嫩，具有特殊風味。

九四、干貝燒冬莧菜

(一) 原　　料

冬莧菜	十斤	味之素	一分
干貝(蒸熟)	七錢	鷄油	三錢半
猪油	二斤(耗二兩半)	料酒	三錢
精鹽	七分	水团粉	二錢半
鷄湯	二斤		

(二) 制作方法

將冬莧菜清洗干净，去粗梗、粗叶、皮筋（十斤毛菜整理后約得二斤），瀝干水。油下鍋燒到五成火候时，放入冬莧菜滑一下，撈起瀝干油。將鍋內的油倒出，放入鷄湯，再放干貝、料酒、精鹽，在旺火上燒沸，放入冬莧菜，移置微火上慢燒至微𤆵時（忌久煮），放进味之素，水团粉即起鍋，盛碗中淋上鷄油即成。

(三) 特　　点

此菜清香鮮嫩，極滑柔可口。

九五、清蒸肥头魚

(一) 原　　料

肥头魚	一条(約二斤)	净火腿(切片)	一兩
猪網油	七兩	胡椒粉	三分
料酒	一兩半	精鹽	一錢半

水發冬菇(切片)	五个	老姜(切片)	六錢
葱(挽結)	二根		

(二) 制作方法

魚杀后去内臟，洗凈，在兩側每相距八分用刀斜划一刀，深約二分。將精鹽、胡椒与料酒調和后，在魚身内外抹匀，將火腿片和冬菇片摆在魚身上，以網油包好摆在盤內。再將姜片、葱結放在網油之上。然后上籠用旺火蒸約半小时即熟。取下后揀去姜、葱不要，揭去網油，配以毛姜醋① 便可食用。

(三) 特　　点

此魚無鱗，肉嫩，刺少，产量也少，多产在嘉陵江中。淸蒸味最鮮美。

① 毛姜醋：用七成醋、三成醬油及少許姜末、味之素、香油等調成。

九六、冬菜肉餅湯

(一) 原　　料

猪后腿瘦肉	二兩	黄豆芽(去脚)	七錢
猪肥肉	七錢	鷄蛋	一个
炒米粉	六錢	精鹽	六分
冬菜	三錢半	胡椒粉	半分
料酒	六錢	姜汁	半分
高湯	四兩		

(二) 制作方法

將肥瘦猪肉切成極小顆粒(忌用刀剁或捶，否則不爽口)，盛入碗內，打下鷄蛋，加进料酒、精鹽、姜汁、胡椒粉、炒米粉及高湯一兩，攪拌至湯巳为肉吸收时攤成圓餅。冬菜洗

净，切成八分長的段，連同豆芽放于陶瓷蒸鉢內，並將肉餅移放其上，灌入高湯三兩，上籠蒸熟即成。

(三) 特　　点

此菜湯清肉嫩，味極鮮美，而且作法簡單，極富营养。

九七、碎米鸡丁

(一) 原　　料

嫩母鷄脯肉	半斤	熟花生仁	一兩三錢
猪油	二兩	白糖	一錢四分
醋	一錢三分	醬油	二錢
精鹽	一分四厘	鷄蛋清	一个
干团粉	一錢	黄葱	二根
泡辣椒	三只	水团粉	一錢三分

(二) 制作方法

1. 鷄肉切成小型筷子头肰，放进精鹽和蛋清团粉（蛋清与干团粉合成）混合拌匀。花生仁拍碎。黄葱切成葱片。泡辣椒切成碎末。將白糖、醋、醬油、水团粉、葱花各料共同盛入碗中攪匀，調成汁子。

2. 將拌好的鷄肉丁放进热油鍋內滑一下，速以漏勺撈起。鍋內放入猪油燒热，將泡辣椒略炒，傾进滑过的鷄丁快炒几鏟，然后淋进汁子，快速投下花生仁撥动炒匀，鏟起入盤即成。

(三) 特　　点

此菜甜咸俱备，香嫩可口。

九八、干燒岩鯉

(一) 原　　料

岩鯉	一条(約二斤)	姜米	三錢
肥猪肉	一兩	葱顆	一兩半
猪油	二兩半	醋	五錢
料酒	一兩半	味之素	一分
豆瓣辣醬	一兩二錢	蒜米	三錢
醬油	三錢半	白糖	二錢
糯米酒汁	七錢	高湯	六兩
植物油	二斤(耗二兩)		

(二) 制作方法

1. 魚杀后去鱗甲和內臟，洗净，在魚背的兩側每相距約六分用刀斜划深約二分的刀綫。猪肉切成小拇指粗的顆粒，植物油在鍋中燒到微冒青烟时，將魚入油鍋微炸（炸时須翻面）至魚皮發硬呈淺黄色即撈出。

2. 猪油在鍋內燒到六成火候时，放入豆瓣辣醬炒酥，随即加进高湯稍煮，撈去豆瓣渣不要，放入魚及猪肉、蒜米、姜米、料酒、糯米酒汁、醬油、白糖等，移微火上慢燒。燒时須不断將魚輕輕鏟动以免粘鍋，並翻面二、三次。燒好后，先將魚起置盤中，將湯汁重置旺火上，放进葱顆、味之素及醋，到湯汁已稠濃而微呈干象时淋在魚上即成。

(三) 特　点

此魚細嫩，味鮮美微辣，色澤光亮美观，为頤之时名菜。岩鯉产嘉陵江石岩中，乃四川名产。

九九、叉燒全鷄

（从九九至一一〇共一二种菜，根据重庆市民族路餐厅①制作經驗整理）

(一) 原　料

白皮肥嫩母鷄	一只(約二斤)	姜絲	一錢

肥瘦肉絲	二兩	葱絲	三錢
上等芽菜	一兩	醬油	一錢二分
花椒	十余粒	精鹽	一錢
泡辣椒(切絲)	二个	香油	六錢
猪油	五錢	飴糖	二錢
料酒	六錢三分	味之素	三分
葱醬	一碟		

(二) 制作方法

1. 將鷄宰杀，去毛及脚爪，在右边翅膀下面，开一寸長的口，取出內臟，洗淨；以料酒与鹽調匀，抹在鷄腹內及鷄腿和鷄脯上，肉厚处須多抹。用一小竹签横着將鷄肛門別上，以防燒烤时漏油。

2. 鍋內猪油燒热后，先放下肥肉絲炒几鏟，繼下瘦肉絲、芽菜、花椒、泡辣椒、姜絲、葱絲、醬油、味之素炒熟后起鍋，从翅后小口灌入鷄腹內。以鉄勾勾着鷄鼻提在湯鍋上，用手勺舀沸湯淋在鷄身上，淋到鷄皮绷伸为止。然后以清潔白布抹干鷄身水气，將飴糖揉散，趁鷄身尙热时均匀地抹在鷄身上。随即用叉在鷄翅之下从一边平直对穿过去，鷄翅反折附在鷄身，勿使翹起；鷄头弯过来穿在叉尖上，掛通風处晾約三小时。

3. 用磚砌一方形火池，杠炭燃着摆在池內四圍，中間摆一土碗，以便承接烤鷄时滴下的油。將穿着鷄的叉平放在火池上，用手轉动叉柄进行燒烤，鷄腿及鷄脯肉厚处須多烤一下，烤到呈黄紅色，皮脆肉熟时，取离火池，去叉，刷上香油。然后將鷄皮和鷄肉分别片成片子，鷄肉放在盤子的中間，鷄皮及鷄腹內各物分放盤子的兩端。另备餅和葱醬佐食。

(三) 特　　点：

此鷄酥脆香嫩，酒飯皆宜。

① 民族路餐厅开設重庆市民族路，旧名皇后餐厅，是目前重庆規模最大，半机械化的綜合性飲食店。該餐厅头爐厨师廖靑亭已有將近四十年的烹調經驗。肯鑽研，不墨守一师一派之法，而善于学習各方之長，因此能菜甚多，尤擅長燒烤。

一〇〇、醋　熘　鷄

(一) 原　　料

淨嫩公鷄肉	七兩	葱花	三錢半
淨冬笋	三兩	猪油	二兩
泡辣椒(切碎)	七錢	醬油	四錢
老姜(切碎)	一錢半	醋	四錢
蒜瓣(切碎)	一錢半	料酒	三錢半
白糖	五錢	团粉	三錢半
精鹽	七分	鷄蛋清	一只
味之素	七分	高湯	七錢

(二) 制作方法

鷄肉在無皮的一面划上一分半寬的十字花刀，深度約到肉厚的三分之一，如荔枝壳狀，並切成長、寬各四分的斜方塊。冬笋亦切成長、寬各四分的斜方塊。將料酒、蛋清、鹽及团粉二錢在碗內調匀后，放入鷄塊拌和均匀。將醬油、醋、白糖、味之素、姜、葱、蒜、高湯及团粉一錢半同盛一碗中兌成汁待用。猪油下鍋燒到六成火候时，放入鷄塊，快速翻炒約二分鐘，繼下冬笋、泡辣椒炒几鏟，随即傾入已兌好的汁，快炒二、三下即行起鍋。

(三) 特　　点

此菜鮮嫩微辣。

一〇一、家 常 鷄

(一) 原　　料

淨仔公鷄肉	七兩	泡辣椒	七錢
淨冬笋	二兩	豆瓣辣醬	六錢
芹菜	二兩半	醬油	二錢半
醋	六分	白糖	六分
水团粉	三錢半	味之素	三分
老姜米	三分半	料酒	三錢
精鹽	三分半	高湯	七錢
猪油	二兩		

(二) 制作方法

1. 將鷄肉和冬笋切成長一寸二分、寬二分的条，芹菜去头，切成長一寸二分的段。泡辣椒剁碎。以水团粉二錢、醬油五分及料酒、鹽同盛一碗內，与鷄塊拌和均匀。以醋、白糖、味之素、高湯及醬油二錢、水团粉一錢半同入碗中兌成汁。

2. 鍋燒热后，放入猪油，随下鷄肉和冬笋，炒到水气將干时，放入豆瓣辣醬、姜，再稍炒后，即加进芹菜，傾下已兌好的汁，翻炒几下起鍋即成。

(三) 特　　点

此菜極鮮嫩，帶荔枝味。

一〇二、格 呢 子 鷄

(一) 原　　料

淨嫩鷄腿肉	七兩	水發冬菇	一兩
淨冬笋	一兩	淨火腿	七錢
金鈎	一錢二分	老姜	三分
葱	三錢半	料酒	三錢
精鹽	六分	猪油	一兩半
生鷄油	七錢	高湯	四兩
味之素	三分	醬油	三錢
干团粉	二兩	季节鮮菜	四兩

(二) 制作方法

1. 將鷄肉切成八分見方的塊。冬笋、冬菇、火腿切成八分長的筷子条。干团粉用籮篩去其粗粒，把一部分撒在菜墩上，將鷄肉摆在上面，鷄肉之上又撒以团粉。用刀背將鷄肉輕捶使之松軟后，抖去尙未粘牢的团粉。

2. 猪油在鍋中燒到五成火候时，將鷄肉放入，把兩面都烙成黃色。随即放入料酒、姜、葱、鷄油、醬油、鹽、高湯、金鈎、冬笋、冬菇、火腿、味之素，移火上慢燒一刻鐘即成。鷄油渣取出不要。另以季节鮮菜煮到剛熟佐食。

(三) 特　　点

此鷄鮮嫩松軟，为重庆已故名厨师巫云程得意之作。因炸好的鷄塊象做大衣的格呢一样，故名。

一〇三、半 湯 魚

(一) 原　　料

鰱魚（鮎魚）	一斤	精鹽	一錢三分
白蘿卜（去皮切絲）	七兩半	胡椒粉	一分
姜（切成片）	七分	味之素	三分
葱（切成段）	一錢	高湯	一斤

料酒	二錢	猪油	一斤（实耗一兩三錢）

（二）制作方法

將魚切成長二寸、寬一寸、厚二分的塊，鍋內油燒到五成火候时，放入魚及蘿卜絲滑一下，即炸到半熟。鍋中留油約八錢，傾去余油，加进高湯、姜片、葱段、料酒，蓋上鍋蓋，以旺火燒五分鐘。随即放下鹽、味之素、胡椒粉，稍煮起鍋即成。

吃时，另配毛姜醋（見"清蒸肥头魚"），以魚蘸着吃。

（三）特　　点

此菜鮮嫩清香，为廖青亭厨师在小洞天餐舘时創制的。

一〇四、菜　魚　湯

（一）原　　料

鲢魚（鲇魚）	七兩半	水冬菇	一兩
鮮菜心	二兩半	葱	六錢
淨火腿	三錢半	味之素	六分
淨鷄肉	六錢	豆瓣辣醬	六錢
醬油	三錢	料酒	三錢半
水团粉	六錢	石膏豆腐	三兩
精鹽	一錢二分	高湯	一斤半
猪油	一斤（实耗一兩三錢）		

（二）制作方法

1. 將魚切成長一寸半、寬一寸、厚二分的塊。豆腐、火腿、鷄肉切成魚片一样的片。冬菇切成片。菜心粗者改小。葱切成一寸長的段。

2. 鍋內油燒到五成火候时，放进魚炸到半熟，撈出。傾去炸油，鍋內留油八錢，放下豆瓣辣醬炒酥后，加进高湯，打去渣杂。随即放入魚、菜心、豆腐、火腿、鷄肉、冬菇、葱、醬油、料酒、鹽，燒約五分鐘。此时，放入味之素及水团粉調成軟二流芡即起鍋。

(三) 特　　点

此湯清香鮮嫩而微有辣味，也是廖青亭厨师所創制。

一〇五、香酥鴨子

(一) 原　　料

肥鴨	一只(約二斤半)	料酒	七錢
老姜(拍破)	一錢半	精鹽	一錢半
葱(挽成結)	三錢半	五香粉	二分
花椒	二錢	蒜瓣	三錢半
植物油	二斤(实耗二兩)	葱醬	一碟

(二) 制作方法

1. 鴨宰杀后，去毛及脚爪、翅尖，剖腹去內臟，淸洗干淨，滴干血水，里外抹上精鹽，肉厚处須多抹。然后以一缸鉢盛着，並放入姜、葱、花椒、料酒、五香粉、蒜瓣，上籠蒸𤆵。取出，揀去姜、葱、蒜瓣、花椒不要，將蒸鴨的原汁傾入鍋中，將鴨入湯內鹵一下，使汁味更加深入均匀。鹵后，取出晾干水气。

2. 鍋內植物油燒到七成火候时，將鴨炸至呈金黃色，皮酥而肉已半酥时即取置盤中，以葱醬、花卷佐食。

(三) 特　　点

此鴨皮酥肉嫩，色澤美观。

一〇六、豆渣鴨子

(一) 原　　料

肥鴨	一只(約三斤)	料酒	七錢
豆渣	七兩	老姜(拍破)	三錢半
精鹽	二錢	葱(挽成結)	三根
味之素	三錢二分	花椒	十粒
胡椒粉	少許	水团粉	三錢半
猪油	半斤(实耗二兩)		

(二) 制作方法

1. 鴨子宰杀后，去毛及翅脚（只去翅弯及脚弯以下部分），剖腹去內臟，清洗干淨，瀝干血水，以精鹽一錢二分抹在鴨身內外，肉厚处須多抹，並將葱、姜、花椒摆在鴨身之上，盛入蒸缽內，上籠蒸炬。

2. 將已蒸炬的鴨子取置盤中。將蒸鴨子的原湯汁傾入另一鍋內，除去姜、葱、花椒不要，放进味之素、胡椒、料酒及鹽八分，用手勺調匀，随即傾下水团粉，調和均匀后即起鍋待用。

3. 將豆渣用清水淘洗干淨，挤干水分。鍋內猪油用旺火燒热后，即放入豆渣翻炒，約需十分鐘，炒至豆渣呈黃色，而且不吸油只吐油时，泌去油，加进巳炒好的汁拌匀，以漏勺撈起，倒在鴨子上即成。

开始酥豆渣的时間应安排在鴨子快蒸炬的时候，否則彼此冷热不一，有碍質量。

(三) 特　点

鴨味鮮美，豆渣酥香。

一〇七、軟炸蹄膀

(一) 原　料

紅燒猪蹄膀	一斤半	細干团粉	一兩二錢
植物油	二斤(实耗一兩)		

(二) 制作方法

將已經制好的紅燒猪蹄膀晾干水气，以团粉均匀地撒在蹄膀上面（各部分都須撒到），再晾一下。鍋內油燒到七成火候时，放进蹄膀炸到有皮的一面已酥脆（肉的一面不宜多炸）时，撈出濾干油后，置盤中，用筷將其分散(不用刀切)即成。

另备花卷、葱醬、椒鹽佐食。

(三) 特　点

皮脆肉嫩，油而不膩。此为軟炸；一般蘸用蛋团粉，切塊后油炸者为酥炸。

一〇八、水煮牛肉

(一) 原　料

牛腰柳肉	半斤	鷄蛋	一个
干辣椒	四个	青笋尖	三兩
花椒	二十顆	姜米	三分
植物油	二兩	黃葱	二兩
豆瓣辣醬	六錢	青蒜	一根

精鹽	八分	料酒	二錢
永川豆豉	十顆	糯米酒汁	一錢
味之素	六分	辣椒粉	一錢三分
团粉	一兩	高湯	半斤

(二) 制作方法

1. 將牛肉洗淨后，照横筋切成長一寸半、寬一寸的極薄的片。將鷄蛋打破盛入碗中攪散，与团粉、精鹽調匀，加进牛肉片拌和均匀。干辣椒去蒂，入六成火候的油鍋中稍炸后剁成粗塊。豆豉压茸。笋尖过粗者改細。黄葱和青蒜切成一寸二分長的段。

2. 以植物油一兩半在旺火上燒到四成火候时，先放入豆瓣炒酥；随即放进辣椒粉、花椒、豆豉、姜、蒜、笋尖、糯米酒汁、料酒等迅速炒动。笋尖等已七、八成熟时，傾进高湯，並投入味之素。燒沸后，將已拌好的牛肉片放入鍋內，稍煮，至牛肉不見血色时（切忌煮老），即起鍋盛于碗內。随即將余下的植物油入鍋燒熟，放进已炸过的干辣椒，煎成棕紅色后迅即淋进碗內即成。

(三) 特　　点

此菜麻辣而香，並極鮮嫩，酒飯均宜，是川南名菜。

一〇九、干煸冬笋

(一) 原　　料

冬笋	五斤	糯米酒汁	一兩
豆苗	一兩半	味之素	六分
香油	六錢	醬油	一錢三分
姜末	一分半	精鹽	六分
葱花	一錢半	料酒	二錢

芽菜（剁細）	六錢半	猪油二斤（实耗二兩）	

（二）制作方法

冬笋去壳，取其嫩尖，以刀輕輕拍松后片成二分半厚的片子。鍋内猪油燒到七成火候时，放入冬笋炸至水气將干呈鴨黄色，以漏勺撈出瀝干。鍋内留油約一兩二錢，將姜末、葱花、芽菜末、糯米酒汁、味之素、醬油精鹽、料酒等一齐下鍋，炒約二、三分鐘，随即放入豆苗及香油炒轉即行起鍋。

（三）特　点

此菜鮮嫩淸香，别具風味。

一一〇、干煸牛肉絲

（一）原　料

牛肉	一斤	芹菜	四兩
子姜	一兩二錢	豆瓣辣醬	一兩
醬油	二錢	糯米酒汁	三錢
植物油	三錢二分	精鹽	三分
花椒粉	一分	料酒	三錢
味之素	六分		

（二）制作方法

1. 选用牛肛門附近、牛尾兩側的牛肉（俗名屁石板，这部分牛肉看不出横順紋路，便于切絲），洗淨后切成二寸半長，火柴梗粗的絲。芹菜去头，切成長一寸二分的段。子姜切成長一寸二分的細絲。

2. 油在旺火上燒热后，放入牛肉、精鹽不断翻炒。牛肉水气已干，呈黑紅色时，加进豆瓣辣醬、子姜、料酒等稍炒。随即放进糯米酒汁、芹菜、醬油、味之素，再迅速翻炒

几下，即行起鍋盛于盤中，撒上花椒粉便成。

(三) 特　　点

此菜特別香脆，为飲酒好菜，过火則焦糊，有苦味；火不够則綿軟，不爽口。

一一一、清炖牛肉湯

（从一一一至一一三共三种菜，根据重庆市粵香村①制作經驗整理）

(一) 原　　料

黄牛肉	二十五斤	老姜（拍破）	半斤
料酒	半斤	味之素	二兩半
上等花椒	一兩六錢	淨鮮肥母鷄	六斤
熟猪油	三斤	精鹽（炒熟）	酌用

(二) 制作方法

牛肉选用黄牛肉，以后腿"腿骨筋"、"千斤头"、"肋占"、"筋管"，前腿"摭骨筋"較好，不要用淨瘦肉。

將选好的黄牛肉用冷水漂二十分鐘，切成每塊約重二斤半的塊，放入特制的圓形白鉄炖桶（高一尺三寸，直徑七寸五分）內。須分兩次放入，以便于分次除去泡沫。第一次放进十五斤，同时下入沸水二十斤。在旺火上燒开后，撇去泡沫，約隔半小时从桶底翻动牛肉以免粘鍋。随即將其余十斤牛肉放下，俟燒开，又打去泡沫；加进老姜、花椒、料酒、母鷄（去头及爪），再行燒开，打去泡沫；然后移微火上炖着。

2．炖桶移在微火上后，应經常保持使湯微开的火力。肉炖到五成熟时，將上下面的肉相互移位，使炖得均匀；到七成熟时，取出牛肉，按牛肉纖維横切成一寸長、食指粗的条，揀去不合格的皮和筋，並按炽硬不同的程度分成三类，

分盛三个炖桶中。同时，用干淨稀白布濾去湯中老姜、花椒，也將湯分盛入三个炖桶內。再用旺火燒开后，移置微火上炖炖为止。前后約共需五小时半。母鷄只取其汁，炖好后取出作別用。

3. 吃时，可配以蔬菜，冬春天用蘿卜，夏秋天用冬瓜或瓠子瓜，切成一寸長、食指粗的条，用鍋煮熟后于吃时加在碗中。味之素、精鹽和猪油都在碗中酌加，不放在炖桶內。

(三) 特　　点

此菜湯色清徹，湯味鮮香，肉質細嫩，油而不膩。

---

① 粵香村于1926年創办，設在重庆市保安路，近年来已成为大型川味餐厅，常为高級宴会的場所，有牛肉專家之称，对以牛肉为主料的菜肴有独到之处。現在專掌炖牛肉的是陈青云厨师。

一一二、牛　尾　湯

(一) 原　　料

黄牛牛尾	五斤	老姜（拍破）	一兩半
料酒	二兩半	味之素	一兩
上等花椒	六分	猪油	一兩六錢
淨鮮肥母鷄	三斤	精鹽（炒熟）	七分半

(二) 制作方法

1. 將牛尾修去殘余皮子，清洗干淨。在每一骨节縫处切进三分之二深，不切断，入清水內漂二十分鐘。

2. 用大鋁鍋盛开水六斤，放入牛尾，置旺火上燒开，打去泡沫。繼之下老姜、花椒、料酒、母鷄（去头及爪），再行燒开后，移微火上炖着，每隔一点多鐘翻动一下，以免粘鍋。炖至七成熟时，以干淨稀白布濾去湯中的花椒、老姜。重行放在旺火上燒开后，又置微火上炖炖为止，前后共需炖

七小时半。母鷄只取其汁，炖好后取出作别用。

吃时，在碗内加味之素，精鹽和猪油。

(三) 特　　点

此菜鮮香細嫩，别有風味。

一一三、枸杞牛鞭湯

(一) 原　　料

黄牛牛鞭①	二斤	淨鮮肥母鷄肉	一斤
料酒	一兩半	枸杞	二錢
上等花椒	二錢	老姜（拍破）	五錢
味之素	五錢	猪油	一兩
精鹽（炒熟）	六分		

(二) 制作方法

1. 去尽牛鞭表皮，順尿道对剖成兩塊，用淸水洗干淨，以冷水漂三十分鐘。

2. 用鋁鍋盛开水六斤，放入牛鞭，置旺火上燒开，打去泡沫。繼之下老姜、花椒、料酒、母鷄肉，再行燒开后，移微火上炖，每隔一点多鐘翻动一下，以免粘鍋。炖至六成熟时，以干淨稀白布濾去湯中的花椒、老姜。重置旺火上燒开后，移微火上繼續炖，炖到八成熟时，取出牛鞭，切成一寸長，食指粗的条，仍放进鍋內，同时放入枸杞，燒开后置微火上炖杷为止。前后約共需炖十小时。鷄肉取出作别用。

吃时，在碗中加味之素、精鹽和猪油。

(三) 特　　点

此菜極鮮嫩，富于营养。

① 牛鞭，即公牛的生殖器。

一一四、小煎鸡

（从一一四至一一七共四种菜，根据重庆蓉村飯店①制作經驗整理）

（一）原料

嫩仔公鷄一只(約一斤半)		猪油	二兩
淨冬笋	二兩	精鹽	七分
芹菜心	一兩半	醬油	三錢半
老姜（切片）	四片	醋	一錢半
葱	一錢半	糯米酒汁	三錢半
蒜瓣（切片）	四片	味之素	一分
泡辣椒	四个	水团粉	四錢半
豆瓣辣醬	三錢	高湯	七錢

（二）制作方法

1. 鷄宰杀后去毛、內臟，剁去头、頸、翅、脚，剔淨骨，洗淨，切成一寸半長筷子粗的条，加精鹽及水团粉（三錢）拌匀。冬笋切成八分長的筷子条。葱和芹菜切成八分長的段。泡辣椒切成絲。將醬油、醋、糯米酒汁、味之素、高湯及水团粉（一錢半）兌成汁。

2. 猪油在旺火上燒到四成火候时，放入鷄肉微炒（不宜过火），随即加进冬笋、芹菜、姜、葱、蒜、泡辣椒、豆瓣辣醬再稍炒，並傾入已兌好的汁繼續快炒几下，起鍋即成。

（三）特点

此菜極为鮮嫩，有家常味。

---

① 蓉村飯店于1945年創設于重庆市棉花街口，以焖鍋飯滋潤淸香，小煎小炒、又快又好著称。該店厨师張德荣已有三十四年烹調經驗，最長于爆、炒、熘、炝各菜。

一一五、豆瓣鰱魚

(一) 原　　料

鮮鰱魚（鰱魚）	一斤半	葱花	三錢
猪油	三兩半	醬油	三錢半
豆瓣辣醬	八錢	料酒	八錢
泡辣椒	三錢	醋	二錢
姜米	一錢	白糖	三錢
蒜瓣	一兩	水团粉	一錢
植物油	二斤(耗二兩)	高湯	半斤

(二) 制作方法

1. 魚杀后去內臟，洗淨，在魚背兩側每相距六分用刀斜划約一分半深的刀綫。植物油在鍋中煎到微冒青烟时，將魚放入微炸，至魚皮發硬呈淺黃色即撈出。

2. 猪油在鍋內燒到六成火候时，放进豆瓣、泡辣椒、姜米、蒜瓣、醬油、料酒和白糖稍炒，即加高湯燒沸，將魚放入煮几分鐘后，移微火上㸆約二十分鐘。在㸆时，須將魚翻面二、三次。燒好后，先將魚盛放盤中；將湯汁重置旺火上，放下醋、葱花和水团粉勾芡，淋在魚上即成。

(三) 特　　点

此魚極鮮嫩，味兼酸辣而微帶甜。

一一六、魚香肝片

(一) 原　　料

猪肝	四兩	精鹽	三錢半
猪油	二兩	水团粉	三錢

姜米	一錢半	白糖	一錢半
蒜米	一錢半	醬油	二錢
泡辣椒	三錢半	醋	七分
葱花	七錢	料酒	七分
高湯	四錢		

(二) 制作方法

1. 將猪肝片成長一寸三分，寬八分的薄片，与料酒、精鹽及水团粉二錢拌和均匀。泡辣椒剁碎。白糖、醬油、醋、高湯及水团粉一錢同盛一碗中兌成汁。

2. 鍋燒热后，放下猪油燒到六成火候时，加入肝片迅速炒散，随即放进姜米、蒜米、葱花、泡辣椒快速炒三数下，並傾下已兌好的汁炒轉即行起鍋。在操作中要动作迅速，火要旺。

(三) 特　　点

此菜極为鮮嫩，富于营养。

一一七、魚香肉絲

(一) 原　　料

瘦猪肉	四兩	蒜米	一錢
猪油	一兩二錢	泡辣椒（剁碎）	六錢半
黃葱(切粒)	一兩二錢	白糖	一錢
姜米	一錢	精鹽	一分
醋	二錢	醬油	三錢半
水团粉	三錢半		

(二) 制作方法

將猪肉切成長一寸半，寬厚各一分的絲，与精鹽及水团粉（二錢）拌和匀均。白糖、醬油、醋、及水团粉一錢半兌

和成汁。鍋燒到六成热时，放入猪油，随即放入肉絲炒散，繼之下泡辣椒、葱、姜、蒜，迅速翻炒儿鏟后傾进已兑好的汁，抄轉即行起鍋。

(三) 特　点

此菜系以烹調豆瓣魚的主要佐料为佐料，所以有魚香味。肉絲甚細嫩，微辣，極可口。

四川"三蒸九扣"[1]中的名菜

一一八、清蒸杂烩

（从一一八至一三〇共一三种菜，根据北京四川飯店②制作經驗整理）

（一）原　料

鷄肉	二兩半	鴨肉	二兩半
肥瘦猪肉	一斤	猪心	二兩半
猪舌	二兩半	猪肚	二兩半
鷄蛋	三个	面粉	二兩
精鹽	四錢	团粉	二兩
黄豆芽	一斤	冬菜	二兩
水發笋	二兩	芋头	半斤
葱	二錢	姜	二錢
花椒	四、五粒	味之素	一錢
料酒	一兩	植物油	一斤（耗一兩）

（二）制作方法

1．猪肚、猪心和猪舌刮洗潔淨后煮熟切成片。鷄鴨肉和猪肉（二兩）也煮熟切成片（原湯留用）。芋头煮熟去皮，切成条（長一寸、寬窄各三分）。笋片成片。猪肉（四兩）切成条，加入鷄蛋（二个）、面粉、团粉（一兩）和精鹽（半分）調匀，放入热油鍋內炸成"酥肉"。下余的猪肉（四兩）剁成泥，加入姜末、精鹽（半分）和鷄蛋一个攪勻，用刀刮

成"尖刀丸子"（見圖7），上籠蒸熟。取黄豆芽半斤和冬菜加入煮鷄、鴨的原湯，在微火上熬二十分鐘，去掉黄豆芽和冬菜，即成黄豆芽湯。

2．取磁盤子一个刷洗干淨后，先放入黄豆芽（摘洗干淨）半斤和芋头条，再把加工过的鷄鴨片、尖刀丸子、酥肉等选出一部分整齐的留用，而把下余零碎的都放入盤子里，然后把整齐的猪肚片、猪舌片、猪心片、尖刀丸子、酥肉、笋片等有次序地擺在盤中四周，当中擺上鷄鴨肉片，最后加入熬好的黄豆芽湯、花椒、味之素、料酒、精鹽和葱姜塊等調料；放入籠屜內蒸𤆵，取出去掉葱姜塊即成。

（三）特　点

此菜濃厚不膩，湯味鮮美。

---

① "三蒸九扣"为四川农村在婚丧嫁娶时制办酒席所常用的菜，其烹制方法都是以蒸或扣为主，故名。因都是用碗盛装，又名"八大碗"、"土九碗"。

② 四川飯店于1959年开設于北京絨綫胡同，以烹制川菜为主，厨师都是由四川省各市县的著名厨师中抽調而来的。該店除备有各种川菜筵席外，还供应四川各地有名小吃。这里介紹了該店制作的为四川广大劳动人民所喜爱的"三蒸九扣"等名菜。

一一九、紅　糟　肉

（一）原　　料

猪肉（肥五花）	一斤	糯米	四兩
蜜餞瓜磚（瓜条）	二兩	粉糟	二兩
白糖	三兩	紅米①	一兩

（二）制作方法

1．糯米淘洗干淨，煮成干飯，加入白糖（二兩）拌勻。紅米軋成細面。瓜磚洗淨切成薄片。猪肉刮洗干淨煮

熟，趁热把皮面涂上一層紅米面，晾凉后切成二寸長的連刀片（每片中間一刀不切断，也有称为“双飞蝴蝶片”的）。

2. 取粗磁碗一个，先放入捞糟，接着把每塊連刀片的肉里均匀地夾入瓜磚片，整齐地摆在碗里（皮向下）。然后放入調好的糯米飯，上籠蒸到極爛取出，扣在盤子里，把余下的白糖撒在上面即成。

(三) 特　　点

此菜濃爛甜香，易于消化。

---

① 紅米：用大米染紅，市上有售卖，可食。也可用洋紅食色代替。

一二〇、原湯酥肉

(一) 原　　料

肥瘦猪肉	六兩	团粉	三兩
鷄蛋	三个	精鹽	二錢
花椒	四、五粒	鮮姜	二錢
葱	二錢	植物油	一斤(耗二兩)
料酒	一兩	味之素	一錢
白芸豆	四兩	好高湯	二斤半

(二) 制作方法

1. 白芸豆用开水泡透去掉外皮。猪肉去皮，切成五分方丁。鷄蛋和团粉及精鹽（一錢）調成蛋糊。葱和姜洗淨拍破。

2. 鍋放在旺火上，注入植物油燒热后，把肉丁用蛋糊拌匀放入，並用手勺打散，不使它粘連一起。炸至呈金黄色時撈出，滗去余油，加入高湯、白芸豆、花椒、姜、葱和鹽等調料，挪在微火上炖爛后，加入料酒和味之素拌匀即成。

(三) 特　　点

此菜外酥內嫩，湯鮮美，別有風味。

一二一、扣　　鸡

(一) 原　　料

鷄（帶骨）	一斤	甘薯	一斤
精鹽	二錢	花椒	四、五粒
葱	二錢	姜	二錢
味之素	五分		

(二) 制作方法

先把鷄洗淨，煮熟（保留原湯）撈出切成条，皮向下有次序地在粗磁碗里摆成卍字形。再把甘薯洗淨去皮切成“滚刀塊”，放在鷄肉上面。然后放入葱和姜（剝洗干淨）及花椒、精鹽，再把煮鷄原湯少許注入，上籠蒸到極爛，取出扣在細磁碗內，加味之素和下余的原湯（燒开）即成。

(三) 特　　点

此菜制法簡單，味道清鮮。

一二二、粉蒸鯽魚

(一) 原　　料

活鯽魚	一斤	大米粉	四兩
泡辣椒	四兩	料酒	一錢半
精鹽	六分	味之素	三分
猪油	三兩	醬油	一錢二分
鮮姜	一錢	葱米	一錢
高湯	二兩半	猪油	一兩半

(二) 制作方法

1. 鯽魚宰杀后去鳞和內臟，洗滌干淨，全身塗抹醬油、料酒和味之素醃約十分鐘，再兩面蘸上大米粉放在碗里，上籠蒸十余分鐘取出。泡辣椒去掉根蒂剁爛，鮮姜洗淨去皮切成細末，同放在另一碗里，並加入猪油，大米粉、精鹽和高湯調成稠糊狀，上籠蒸十余分鐘即成鮓[1]海椒。

2. 先取鮓海椒一半平鋪在盤子里，把蒸好的魚摆在上面，再把下余的鮓海椒敷在魚上面。重新上籠蒸至熟透时取出，撒上葱米即成。

(三) 特 点

此菜味鮮而辣，很好吃。

① 鮓音詐上声，原意是醃魚、糟魚，南方人称鮓，帶有把多种原料混合一起，弄得稀爛像醬一样的意思。

一二三、餡子千張

(一) 原 料

千張	十五張	肥瘦猪肉	二兩
猪油（煉熟）	二錢	精鹽	六分
胡椒面	三分	味之素	五分
水团粉	一兩	好高湯	四兩
碱面	少許		

(二) 制作方法

1. 千張（又名百叶，是一种豆制品）切成細絲，放在碗里，加入碱面和开水浸泡到色白質軟时取出，泌去碱水換用清水漂淨碱味。千張用碱水浸泡是为了使其色白、質嫩、無豆味。猪肉剁成細肉末。

2. 鍋放在火上，注入高湯，再放肉末，並用手勺打散，随后加入猪油、精鹽、胡椒面、味之素和千張絲。开鍋后，加水团粉勾成二流芡（即不太稠的芡），盛在碗里即成。

(三) 特　　点

此菜色白質嫩，非常爽口。

一二四、蛋皮蒸肉糕

(一) 原　　料

肥瘦猪肉	半斤	鷄蛋	一个
炒米花①	一兩	荸薺	一兩
金鈎	一錢	精鹽	二錢
干团粉	二錢	醬油	六分
味之素	三分	高湯	二兩半
鮮菜心	半斤	花椒面	二分
胡椒面	半分	葱姜末	少許

(二) 制作方法

1. 鷄蛋攪散用鍋在微火上攤成蛋皮。猪肉刮洗干淨后剁成肉末。葱姜剝洗淨，金鈎用水泡透，荸薺去皮，均切成細末。鮮菜心撕去筋，摘洗干淨。

2. 先把蛋皮用刀切修成方形，把肉末放在碗里加入葱、姜、金鈎、荸薺末、炒米花、花椒面、胡椒面、醬油、精鹽（一錢）、味之素和团粉（一錢）調成餡，攤在蛋皮的上面約三分厚。然后放在籠屜里蒸熟，取出晾凉，切成三分寬、一寸三分長的条，在粗磁碗里摆成卍字形（蛋皮朝下），並加入高湯和鹽（五分）。再上籠蒸約二十分鐘左右，取出把湯泌出，用少許猪油把鮮菜心烛熟，加鹽（五分）拌勻，放在肉

糕上面，然后把它翻扣在盤中（肉糕在上，菜垫底）。最后用原湯在火上燒开，加团粉勾成汁，澆在肉糕上面即成。

（三）特　　点

此菜肉松軟，色金黃，湯鮮美，营养价值高，适合老年人食用。

① 炒米花：把糯米洗淨后，蒸成飯，在陰凉地方陰干即成陰米，再炒泡即成炒米花。

一二五、稀　收　鮓

（一）原　　料

肥瘦熟猪肉	半斤	大米粉	二兩
豆瓣醬	六錢	醬油	三錢
鮮姜	一錢	葱	二錢
胡椒面	五分	料酒	六錢
猪油	二兩	高湯	半斤
花椒面	少許	鮮菜心	半斤
精鹽	三分		

（二）制作方法

1．猪肉切成一寸半長、一分厚、八分寬的片。葱姜剝洗干淨，切成末。豆瓣醬剁碎。鮮菜心摘洗干淨，扯成小塊。

2．把鍋放在旺火上，放入猪油（一兩）燒到八成热，放入豆瓣醬不断攪炒，以酥为度，加入高湯，燒开后，去淨豆瓣渣，放入肉片、料酒、醬油、葱姜末、胡椒面和花椒面等，挪在微火上煉十余分鐘；加入米粉，並用手勺不断攪动到米粉熟了以后，另用鍋把菜心煮熟去淨水放在盤里，再把攪好的米粉肉片盛在菜心上面，撒上葱末。最后用鍋在火上

把猪油一兩燒热澆在葱末上即成。

(三) 特　　点

此肉味濃可口，不膩人。特别适合老年人食用。

一二六、姜汁热肘子

(一) 原　　料

猪肘子一个	一斤半	老姜	一兩
精鹽	一錢半	深色醬油	五錢
醋	四錢	葱	二錢
香油	五分		

(二) 制作方法

1. 肘子放在清水里，用小刀把肉皮刮淨。老姜洗淨去皮，取八錢搗爛，用紗布擰出姜汁，去掉渣子不要；下余的姜塊二錢拍破。葱剝洗后，切成小节。

2. 鍋放在旺火上，放入清水三斤燒开后，放入洗好的肘子，再开鍋时，把鍋端到微火上煮到肘子肉能离骨时取出；用攝子摘淨毛根，去掉骨头，並用刀在肘子里面（瘦肉的那面）划成方塊（别划透），放在大小合度的粗磁碗里，皮向碗底。加入葱节、姜塊、精鹽（一錢）和少許煮肘子的原湯，上籠蒸到極爛如豆腐一样取出，去掉葱姜，翻扣在另一碗里。將醬油、精鹽（一錢）、醋、姜汁和香油等調匀后澆在上面即成。

(三) 特　　点

此菜質爛味香，易于消化。

一二七、坨 子 肉

(一) 原　　料

五花猪肉	一斤半	鲊海椒①	四兩
植物油	五錢	深色醬油（紅醬油）	五錢
料酒	二錢	精鹽	一錢半

(二) 制作方法

1．猪肉刮洗干凈后摘凈毛根，放在开水鍋里煮到熟透时取出(保留原湯)，用净布沾干皮面上的水气，抹上紅醬油；再用油鍋把皮烙至起小泡时，放进溫水中洗一遍，用植物油把鲊海椒炒熟。

2．把加过工的猪肉切成方塊(約三十塊)，皮向下；有次序地摆在粗磁碗內，加入料酒、原湯和下余的紅醬油及鲊海椒；上籠蒸熟后取出扣在盤子里即成。

(三) 特　　点

此菜味道干香有辣味，並能包裝携帶。

---

① 鲊海椒的制法

(一) 原　　料

海椒（即柿子椒）	二兩半	玉米粉	二兩
大米粉	一兩	精鹽	一錢
醬油	一兩半		

(二) 制　　法

先把海椒洗凈去蒂，放在开水鍋里燙一下，取出晾至潮干，用刀剁成碎末，加入玉米粉、大米粉、醬油和鹽拌勻。再攤开稍晾一晾，裝入坛子里压实，近封口处塞以稻草。然后把坛子倒过来（口向下）坛口下面置一清水盆。这样可以長时間保藏，用时任取若干均可。

一二八、扣　　肉

(一) 原　　料

五花猪肉	一斤	豇豆干①	二兩半
泡辣椒	六錢	紅醬油	二錢半
糖糟	三錢	精鹽	一錢
高湯	少許	葱	少許

(二) 制作方法

1. 猪肉刮洗干凈，去凈毛根，放在湯鍋里煮熟，趁热用紅醬油把肉皮抹紅，在热油鍋中把肉皮煎至起小泡时用溫水洗一下取出。豇豆干用溫水洗凈切成三分長的节。泡辣椒去蒂切成三分長的节。葱剝洗干凈切成末。

2. 先把已加工过的猪肉切成二寸長、三分厚的片，摆在粗磁碗里(皮向下)；加入糖糟、紅醬油、精鹽和高湯。另把豇豆节、泡辣椒节和姜末拌勻也放在肉片上面，上籠蒸炖，取出扣在盤中即成。

(三) 特　　点

此菜肉香爛，制法簡易，很好吃。

---

① 豇豆干：鮮豇豆角用开水燙軟撈出，拌以少許鹽，放在通風之处晾干即成，裝入紧口坛中，把口封严，可長期保藏，隨用隨取。

一二九、骨　头　酥

(一) 原　　料

猪排骨	半斤	干团粉	二兩
鷄蛋	二个	花椒	四、五粒
胡椒面	半分	老姜一塊	五錢

葱	兩节	醋	五錢
精鹽	二錢	榜糟	一兩
醬油	三錢	植物油	一斤(耗一兩半)
高湯	一斤	葱花	一錢

(二) 制作方法

1. 排骨剁成一寸長的段。鷄蛋打散，加团粉和少許鹽及水調匀成蛋糊。葱、姜剁洗后拍破。

2. 先把排骨和蛋糊加在一起拌匀。然后把鍋放在旺火上舀入植物油燒热后，放入拌匀的排骨炸成金黄色时取出，去掉余油，加入高湯、花椒、葱、姜、榜糟、醬油和胡椒面等。开鍋后挪到微火上燒約四十分鐘，湯汁剩一半时，加入醋攪匀、盛入盤內，撒上葱花即可。

(三) 特　　点

此菜味道清香，微帶酸辣味。

一三〇、芝麻丸子

(一) 原　　料

芝麻	二兩半	紅糖	二兩半
猪油	二兩半	陰米	一兩半
炒米花	三兩	白糖	四兩
果料	一兩	猪肥肉	四兩
鷄蛋	二个		

(二) 制作方法

1. 芝麻用干鍋在火上爆黄，軋成面。果料切成碎末。猪肉剁成細泥。鷄蛋去壳打散。炒米花用少許水拌匀，使其潮湿柔軟。

2. 先把鍋放在微火上，放入猪油、紅糖和芝麻面一起

炒成芝麻餡，並揉成等量的圓球二十一个。然后把肥肉泥、果料和炒米花和在一起成軟面狀，再把它做成二十个圓餅。每个圓餅中包入芝麻餡一个，揉成丸子，在陰米（用水洗凈）中滚一遍，使它沾滿陰米，擺在盤中，上籠蒸熟，取出撒上白糖即成。

(三) 特　　点

此菜甜香嫩，酥而适口。

名小吃

一三一、陈麻婆豆腐

豆腐的烹制方法很多，其中四川麻婆豆腐是名聞全国的。此菜系在数十年前（清朝同治初年）由成都厨师陈森富之妻（因面微麻故有麻婆之名）所創制的。現成都市西玉龙街仍有“陈麻婆豆腐”店，由其再傳弟子薛祥順掌厨。此小吃的特点，是麻、辣、燙、“捆”、酥、嫩，它具有濃厚的麻辣味，趁热吃时又燙又辣，即使在严寒的冬天吃也要出汗。豆腐是用黃豆自行磨制，用石膏点漿，所以特別細嫩。采用的烹調方法旣不是煎炸，也不是蒸煑，而是四川民間㸆①豆腐的傳統作法。这种作法旣能使極嫩的豆腐保持整塊而又不爛，具有“捆”的特点，又能把佐料的味道吸收进去，同时牛肉酥香鮮美。

(一) 原　　料

石膏豆腐	三兩	牛肉	一兩半
辣椒面	一錢	花椒面	三分
植物油	一兩	四川豆豉（剁細）	二錢半
口蘑醬油	六分	精鹽	二分
味之素	一分	濃湯②	三兩
水団粉	六分	葱段(或青蒜段)	三錢

(二) 制作方法

1. 豆腐用竹制刀（不用鉄質刀，以免豆腐沾有鉄味）切成六分見方小塊，放在碗內注入开水，以除去石膏澀味，一分鐘后將水泌干。牛肉（也可用猪肉代替），剔去筋后，剁成肉末。

2. 將植物油放在鍋內，用微火燒至油出烟时，放肉末入鍋，用手勺来回鏟动以免巴鍋。俟肉成深黄微帶黑色时，放入精鹽，用勺鏟二、三下，使鹽味均勻；再放豆豉，並用手勺把豆豉按碎，使豆豉味完全浸入肉內，而又不見豆豉粒；随即放辣椒面，仍用手勺来回鏟动，聞有辣味时（注意掌握火候，不要使辣椒面出焦臭味），就放入濃湯；然后將豆腐放入熇三分鐘（冬天要熇四至五分鐘），再加葱段或青蒜段。此时豆腐已熇燙但色淡、味不甚濃，需放口蘑醬油提色和味之素提味，並把水团粉放入，用手勺微微將豆腐撥动几下使团粉均勻后即舀起盛入碗內，撒上花椒面便成。

---

① 熇：音毒系四川方言。用这种方法作菜，火要小，湯要少，慢慢地煮，湯面不断地冒大气泡、並有"咕嘟"的声音，直到豆腐（其他食物也一样）本身水分排出，而調料味漸漸滲入时就熇好了。

② 濃湯：用猪腿和牛尾熬成。

一三二、三洞橋軟燒大蒜鰱魚

成都外西北巷子側三洞桥帶江草堂所制軟燒大蒜鰱魚素著声誉，为群众所贊美。其制法如下：

(一) 原　料

鮮鰱魚（鮎魚）三、四条（約一斤）		植物油（燒熟）	二兩
辣椒油①	一兩	独蒜②（去皮）	一兩半
郫县豆瓣辣醬	一兩	醬油	一兩

姜末	二錢	白糖	一兩
精鹽	一錢	干团粉	三錢
醋	一兩	葱珠（比葱末略大）	
开水	十五兩		二錢半

（二）制作方法

1．用微火先將鍋底燒燙，把燒熟的植物油放入，見起小泡（油波紋）时放入独蒜。随即用手勺由內向外將蒜連續掀动几下，至蒜皮起縐紋时放入豆瓣辣醬（先在菜板上用刀剁爛，以不見辣椒皮和辣椒籽为度）炒半分鐘，見翻紅油时放入姜米，用手勺在鍋內轉动二、三下，再放精鹽及醬油攪勻。然后將鰱魚放入鍋內（魚先破腹去內臟，用干帕擦淨，不用水洗），用手勺前后一推，再上下翻动一遍，随即倒入开水，再用手勺触接鍋心来回刮几下，以免巴鍋。然后用木盖把鍋蓋严，在微火上熵十分鐘再將魚上下翻动一次，用手勺触接鍋心来回刮几下，用同样微火再熵十分鐘（夏秋天八分鐘即可）。此时魚已入味、肉將离骨而未离骨，即揭开木盖，用竹筷夾魚腮处輕輕挑起放入条盤中，並要順盤摆放整齐。

2．鍋內魚湯可先放入白糖，后將干团粉加水調成清糊狀倒入，随即放入醋③和葱珠，再加入紅油（辣椒油）、魚湯即呈硃紅色，用手勺舀起淋在魚上，即成色硃紅、味甜酸帶辣、肉細嫩的大蒜鰱魚。

---

① 辣椒油：將油燒热倒入碗內，加辣椒面一兩，用筷子攪动使油与辣椒面混合即成。取其色紅味辣，用时只用油、不用椒面。

② 独蒜：無瓣味較辣。

③ 糖醋在冬春季宜少用，各八錢即可。

一三三、八宝鍋珍（清眞）

（根据成都市粵香村制作經驗整理）

（一）原　料

細大米粉	一兩半	面粉	三錢
苡仁粉	三錢	芡实粉	三錢
蓮米粉	三錢	蜜瓜片	三錢
蜜櫻桃	六錢	蜜棗	三錢
桔紅	二錢	桃仁	三錢
白糖	二兩半	植物油（燒熟）	三兩
水团粉	二錢	溫开水	四兩

（二）制作方法

1．大米粉、苡仁粉、芡实粉、蓮米粉用絲籮篩过，去其粗粒。先將大米粉入鍋，用微火干炒至淺黃色，起鍋放入碗內。然后將面粉下鍋干炒，炒时注意，如有面疙瘩（面粉見热气結成的）应用手勺按散，炒至淺黃色时，起鍋盛入裝米粉碗內。然后傾入溫开水，再將蜜瓜片、蜜棗、桔紅、桃仁用刀切成綠豆大的碎粒放入，再加入苡仁、芡实、蓮米等粉一齐調勻，以不干不稀为度。

2．將植物油放入鍋內，燒到剛發热时，即將調好的大米粉等傾入鍋內炒。炒时要不断用手勺来回翻轉，避免巴鍋和炒焦。炒五分鐘后，至米面粉及其他原料散开时，即放入白糖再一起炒八分鐘，至米面等粉已炒至呈沙粒狀，再加水团粉炒二分鐘，炒至其連結成团（即成餅狀），起鍋盛入盤中。随后把蜜櫻桃（櫻桃不能下鍋炒，否則發酸）摆在上面和四周，即成酥甜細和油亮、紅黃分明、顏色美观的八宝鍋珍。

一三四、龙 抄 手

抄手即餛飩，四川名为抄手。"龙抄手"面食店开設于成都市春熙路东段。1941年創办（因在濃花茶園开始筹議，借"濃"为"龙"，定名为"龙抄手"）。因其选料精严，並吸取了各抄手店的优良經驗，因而出名。其特点是皮薄，肉嫩，味鲜美。制法如下：

（一）制抄手皮

1. 原　　料

面粉　一斤　清水三两半至四两半（春冬兩季四兩至四兩半，夏秋季三兩半至四兩，富强粉应增加三錢）团粉（装布袋中，备長期使用）

鷄蛋　一个（鷄蛋加多至四个以上，面会变硬。加了鷄蛋即須減少水分，每加一个減五錢水）

2. 制作方法

把面粉倒在案板上，在面粉中刨个窩，把蛋打入，用手攪散，徐徐倒下清水与蛋和勻，再与所有面粉和勻。然后用手掌尽量蹬，边蹬边抓，一直把面团成一坨。再用力揉，以揉到面里不現干面为度。再用拳头去擂，擂到所有面粉全部粘連成为一个整体为止。而后又把面团擂扁，但应分清里、面擀出来才好看，挨面板那一面是面子，擂这一面是里子。然后翻轉来撒上团粉，揉成条方；再用擀面棒，从左至右、从右至左压成人字形，一連压四道，兩端須压成方形。压时兩手用力要一致，厚薄必須一样。再撒上团粉，用擀面棒裹成筒，必須裹紧，不然中間要皺。皺了要重新裹，把皺处伸直，否則就要从那里爛。中間边子要推，推时兩只手用力也要一致，

厚薄才匀，推了这头，打开裹好的筒，抖上团粉，再推那头。如边子开了口，就用擀面棒打倒（打就是用擀面棒推薄）。这样連續推三道，推至兩头一样寬、厚薄均匀时把擀面棒抽脫，再像头一次那样压。压了以后用刀將边沿不齐处切齐，打开抖上团粉，然后用擀面棒裹起再推。这样操作重复三次，使面愈擀愈薄，面皮寬度随之增大。这时慢慢地把面皮抖开。一面抖，一面用手量着尺寸划成寬带子形，再把它重叠起来，用刀切成寬窄二寸二分的抄手皮。

(二) 熬　湯

將鷄、猪腿骨（猪肘、猪蹄亦可）猪肚子、猪肥膘肉一併投入鼎鍋內，加清水用旺火煨，煨至湯呈乳白色，並帶稠狀即成。

(三) 制　餡

1. 原　料

猪肉	十斤	精鹽	三兩
一級醬油	五兩	生姜	二兩半（砸碎后泡清水二斤成汁）
胡椒面	春、冬二錢，夏、秋三錢	芝麻油	一兩半
鷄蛋	五个	清水	十斤（肉帶紅黑色粘手时一斤肉加一斤水，如肉帶白紅色不粘手时則每斤肉加水六至七兩）

2. 制作方法

猪腿肉去皮、骨、肥肉后，用刀背捶成茸，剔去肉筋，然后用兩把刀剁，要剁得細、匀，剁成泥狀。随后放入缸內，用木瓢攪散，將精鹽、醬油、胡椒面、麻油加入，攪匀；再徐徐放入姜水，攪匀。然后按肉的質量照上述配比加水攪匀。每一次加水約一斤，攪干后，加水再攪，至水量加完，攪到

肉与水融和、肉有拉力为止。餡的好坏，一方面取决于肉剁得是否茸，另一方面取决于加水；肉好，水加得多；攪得勻，餡就嫩。

(四) 包抄手和煮抄手

取抄手皮一張，包入餡一錢，包成餛飩样，即可煮食。

煮抄手的火宜大，但不宜过猛。水要燒开后再倒入抄手，下鍋后輕輕推轉。这样既易熟，又不致爛。待抄手浮在水面即熟。

(五) 碗內佐料和吃法

盛抄手的碗內应放入精鹽一分、猪油一分、味之素、胡椒面各一分作为佐料。將煮好的抄手用漏勺舀入碗內，並加熬好的鷄湯，即可食用。食时最好用調羹舀吃，抄手皮沾着原湯汁味，特別鮮美。

(六) 特　点

湯呈乳白色，抄手微黃。皮薄，肉嫩，味極鮮美。

一三五、賴　湯　元

有賴源鑫者从1894年起在成都以沿街煮卖湯元为業。因所做湯元皮滋潤，味香甜，日久出名，群众遂以賴湯元名之，其后即于成都市总府街設店营業，取名"賴湯元"。

賴湯元选料精严，制作方法也与众不同。解放后，由于党和政府的关怀，又在保持原有風味的基础上，进一步加以提高，所以具有入口香甜、嚼时細嫩柔和有力、湯清不渾的特点。消費者多用"香甜白嫩細柔力清"八字来称贊它。制法如下：

(一) 磨　粉

选用粒大形圓的一等糯米，用細篩篩去谷嘴、粗皮及杂質，放入盆內，倒入清水，用手輕輕搓淘；水渾时即換水再搓，直到水已清亮时为止。然后再用水把米泡兩天，米要淹沒，在攝氏二十度左右的溫度下，每天要換水兩次，在三十度时每天要換水三至四次，炎夏时只能泡二十四小时，冬天要泡七十二小时，糯米才能泡脹。另取大米用沸水潦（晉聊，南方人在作大米飯时，大多將大米加較多的水煮至八成熟后，撈起瀝干米湯，再入甑蒸熟，叫作潦飯）成硬心米，並用冷水泡涼，瀝干后均匀地摻入泡脹的糯米內（配量是每十斤糯米配一至二斤大米）。然后用勺連水帶米慢慢地舀入細齿磨的磨眼內磨成米漿。每舀一次，約二兩左右，不宜太多，否則磨的漿不够細。磨的同时用白布（要用細紗織得很紧的布）縫成能裝三十至四十斤的口袋；使袋口在磨盤口啣接，讓米漿流入袋內。至米漿裝滿口袋时，用麻繩紮紧袋口，放置在長条形案板上，用木槓压，把米漿中水分压出。压約十分鐘后翻过来再压，約三十分鐘，压干水分便成了湯元粉子。

(二) 做心子

湯元心子花色很多，除以白糖、猪油、面粉为主要原料外，加上另一种輔料，就成为一种心子，如芝麻心子，洗沙心子、玫瑰心子、桂花心子、各种蜜餞心子等等。以芝麻心子为例制作方法如下：

芝麻用清水淘洗，除去泥沙，并將浮在水面的皮壳随水倒去不用；瀝干后，用木棒舂几下，入鍋，用微火炒至牙黃色（如系黑芝麻炒至芝麻爆声快完时就行了）时篩去焦壳。炒好后取用六錢加白糖一斤、熟猪油三兩半（粗沙糖少用些，

細沙糖多用些)、面粉二兩（炎夏天要加二兩半，防止油溶化；冬天只加一兩八錢）用手和勻。随后用圓木棒压紧成五分厚的平板狀，再用刀切成五分見方、重一錢半的小塊，就成为湯元心子了。

其他花色的湯元心子的制法和糖油配量，与芝麻心子一样。但一种蜜餞只能做一种心子。面粉配量要按上述配量随气候的不同按比例增減。

(三) 搓湯元

將压干水分的粉子取用一部分在鋪有白布的案板上加清水少許，用手揉按至軟和均勻不粘手。然后取一团重約四錢，放在手心搓圓，再用手掌压扁，成为直徑一寸、厚薄均勻的湯元皮。再把湯元心子一个放在皮內包严，用掌心搓圓沒有裂縫就成湯元。

(四) 煮湯元

煮湯元用鼎鍋，裝七八成水，用旺火燒沸，把湯元倒入，不可一次煮得太多，以免煮不熟。如沒有鼎鍋，而用火鍋煮时，鍋內应放竹笆，以免糊底。当湯元入鍋时注意水不要猛沸，否則会把湯元煮爛。可經常用瓢舀冷水沿鍋边摻入，这样水就不会沸騰溢出。湯元入鍋沉底，經过旺火煮十五分鐘左右，就会浮于水面，讓其在水面翻滾一、二次，用手指試按已經脹起並帶彈性时就煮熟了。吃起来不膩口，不粘牙，煮时水不渾。

(五) 吃 法

吃湯元时，另用小碟盛白糖，芝麻醬蘸着吃。

一三六、鍾水餃(紅油水餃)

鍾水餃，因設店于成都市荔枝巷，又名荔枝巷水餃，始創于1893年。由于餃子皮薄，餡嫩，配料好，味道鮮，佐以該店特制的酥皮椒鹽鍋魁，其味尤佳，因而出名。現在的厨师是鍾燮森，鍾水餃又有紅油水餃和清湯水餃兩种，下面介紹的是紅油水餃的制作方法。

(一) 水餃皮

把面粉倒在案板上，用手刨一个窩，加清水和勻（每斤面夏秋季加水四兩左右，春冬季加水四兩半左右），再用力揉（越揉得熟越好，熟就是不見干面粉粒，表里一致）。揉好以后搓成直徑五分的圓条，再揪成面劑。將干团粉半斤，放入小布袋內，扑在面劑上，以免粘連。然后把面劑搓圓，再擀成直徑一寸六分有三層紙厚的餃子皮。

(二) 水餃餡

鮮猪腿肉去皮、骨、筋，用刀剁成茸，加精鹽（每斤肉加鹽三錢）再剁一遍。加花椒水（用花椒六錢泡开水三十二斤、鹽五兩。每十斤肉茸加花椒水十斤，如肉缺乏筋力，花椒水可減半），冬天可加胡椒末少許，攪拌均勻。

(三) 水餃調料

1. 复制混合醬油：紅糖十二斤入鍋用微火熬化，熬至翻泡起絲时，將紅醬油五十斤倒入；另將八角、三奈、草果、肉桂各二兩，用布縫包入鍋熬三小时。在熬的过程中，要隨时用手勺攪动，以免沸出。起鍋时再加味之素五兩，即成色紅黑、粘稠、味甜鮮的紅醬油（以上配料可按需要量按比例增減）。再加德陽口蘑醬油十五斤、四川白醬油十五斤即成复

制混合醬油。

2．紅油：植物油一斤入鍋，用微火燒至冒烟时舀起，俟热度稍为散發后，將辣椒面七兩放入油中，用手勺上下翻动，即成顏色鮮紅、帶香味的紅油（可隨需要量按比例增減）。

3．蒜泥：用去皮独蒜舂成泥，加清水調勻，如稀糊狀。

(四) 制餃与煮餃

把水餃皮攤在左手食、中、無名三指上，右手持竹片挑餡放入水餃皮中，然后將餃皮对摺捏攏成半月形的餃子。

用猛火燒水一鍋，俟沸騰时，倒餃子入鍋煮，並用手勺攪二下，以免沉底巴鍋。煮五至七分鐘俟餃浮上水面帶白黃色、餃皮起皺紋时，即已煮熟。用漏勺舀起倒入碗內，酌量放入混合醬油、紅油（略帶一点辣椒面）、蒜泥即成。

食后碗內还剩有調料，再以酥皮椒鹽鍋魁蘸調料食，味甚佳美。

一三七、珍珠元子

珍珠元子是一种甜餡点心，表面附着一層糯米，因糯米粒粒飽滿，色白如珍珠，故名。

成都市蒸售珍珠元子的飲食店很多，但以原开設在忠烈祠西街的一家（現迁移西郊花園，地点青羊宫）最为有名。其特点是皮薄，入口滋潤，糯不粘牙，味香甜不膩。該店現在的技师是邓祖成。制法如下：

(一) 磨　　粉

取上等糯米十斤，掺入大米三斤半（中等糯米加大米三

斤，次糯米加大米二斤），用水淘洗二、三次，去淨谷稗、灰渣，再泡入清水中，以水淹过米一寸为度。热天泡十小时，冷天泡十四小时。在泡的过程中还須换水。而后，用篩撈起，入磨磨。磨时加清水三斤，使其磨成米漿，裝在布口袋內，用繩將袋口紮紧，吊起瀝干水（或榨干）即成。

(二) 制　　餡

珍珠元子以甜餡为主，亦可用肉餡，种类甚多，配料各有不同，但制法相差不多。擇要介紹下面几种：

1. 洗沙餡　先將清水三兩入鍋，燒热时加猪油七兩半，油溶化后放入白糖三兩，糖化后放豆沙一斤，用微火炒。炒时將豆沙上下攪拌，来回翻轉，至熟为度。注意不宜炒得过老，过老則有焦味。另加炒熟的芝麻一兩半，即成“炒心子”。然后用白糖一斤，加“炒心子”三兩，猪油四兩，冷开水二錢（热天不加水）和勻揉成圓条，再分成每个重六錢的小圓塊，即成甜、酥、香的洗沙餡。热天还須加干团粉一兩，以免化油。

2. 芝麻餡　用白糖一斤、芝麻面三兩（芝麻先在鍋內用微火焙熟，舂成粉面）、猪油四兩、干团粉二兩，加冷开水三錢和勻即成。

3. 玫瑰餡　用白糖一斤，先与干团粉一兩半和勻，再加蜜玫瑰一兩、猪油四兩（冷天四兩半），冷开水三錢半和勻即成。

4. 鮮肉餡　猪腿肉二十斤去皮，剁成筷子头大小的顆粒，入油鍋內炒熟，至微帶黃色，起鍋晾冷，加葱白（切成肉丁同样大小的顆粒）二斤、味之素五錢、一級醬油三斤半，拌勻。即成。

（三）制元子，蒸元子

將磨好濾干的粉揉匀，分成若干小塊，每塊重一兩，在手上压成厚薄均匀的圓皮，放入餡一份（約四錢）捏攏成圓球形，直徑約一寸二分。另把淘洗干淨的糯米，散放竹箸箕內，將元子逐个放入滾一遍，使周身粘滿糯米（約佔糯米一錢），即成为元子。

在直徑二尺二寸的竹制蒸籠內鋪一層湿紗布（罗紋布），將元子放入籠內，蓋好用旺火蒸十二分到十五分鐘即蒸熟。宜趁热吃，凉則皮不糯。

一三八、宋 嫂 面

相傳清朝乾隆皇帝下江南遊西湖时飲酒船中，有船家妇以鮮魚煮羹献飲，食之味極鮮美，后詢船妇姓名，仅記忆一宋字。返京后，累叫御厨仿制，始終不及其美。古食譜記其事称为"宋嫂魚羹"。成都市师友面厨师刘万发、彭紹清于二十一年前仿依此法制成面臊，故名"宋嫂面"。"宋嫂面"解放前曾一度中断，解放后在党和人民政府关怀下始又恢复。

（一）原　料（以十碗为例）

面条	二斤	鮮鯉魚肉	五兩
香菌	六錢	四川芽菜（切末）	三錢
玉蘭片	六錢	蝦仁	六錢
胡椒面	三分	味之素	二分
精鹽	二錢半	醬油	一錢半
郫县豆瓣醬	二錢半	醋	三錢
猪油	二兩半	姜	六錢
葱末	六錢	鷄蛋清	一个

干团粉	六錢	料酒	六錢
高湯	二斤		

(二) 制作方法

1. 鮮魚剖腹，去皮、刺和內臟，切成一分半見方的小丁，以鷄蛋清加干团粉一錢和水少許拌匀，入油鍋（用微火，油以剛热为度）內滑一下，約二分鐘即起鍋晾凉。玉蘭片和香菌水發后切成細粒，用开水汆一下，撈起备用。

2. 猪油入鍋燒热，再把豆瓣醬（剁細）放入炒酥，加入高湯，並將魚皮、魚骨、姜（拍爛）放入鍋內，用微火熬約三十分鐘，至魚皮、魚骨出味时，用漏勺把魚皮、骨、姜及豆瓣醬渣撈出不用。随后把蝦仁、玉蘭片、香菌放入，再煨三十分鐘，即下入魚肉丁，同时加入精鹽、味之素、胡椒面、醬油和干团粉（五錢加水少許），攪动成稀糊狀，便成魚羹面臊。

3. 碗內先放入芽菜末、葱末、猪油、醋各少許，加高湯一羹匙，將煮好的面条，挑入碗內，再將魚羹面臊舀在面条上，即成宋嫂面。

一三九、夫妻肺片

肺片就是凉拌牛肉牛杂。成都市郭朝华夫妇于二十年以前开始制售肺片，由于注重选料，制作精良，色味俱佳，被称为“夫妻肺片”而出名。解放后，由于党和人民政府的关怀，除了扩大了原老号营業外，还在市中心开設了新号（現迁移外西青羊宫西郊花園），並进一步加以提高，遂成为物美价廉的成都名小吃。夫妻肺片的特点是：具有濃厚的麻、辣、香三种味道；牛肉、牛心、牛舌細嫩而帶滷香；牛肚則軟脆

兼备。其制作方法如下：

（一）主料的处理

1. 卤牛肉及制滷水 选用鲜黄牛肉十斤，切成約一斤重二寸厚的塊，再用花椒二錢、八角面一錢半、肉桂面二錢、硝水二兩、精鹽半斤和匀抹在肉上，放在缸鉢内醃約十分鐘，使肉入味。然后把肉放在鍋內，注入十五斤清水（水要把肉淹沒）用旺火燒沸。見肉呈白紅色，有血泡沫浮于水面时就撈出，把水倒去不用。再把肉放入鍋內，又注入清水十五斤，並再加花椒二錢、八角一錢半、肉桂二錢、精鹽四兩，用旺火燒开后，加捞糟糊子一兩半、好豆腐乳汁二兩、葱头一斤（用繩綑紮，便于起鍋时好撈），再繼續燒一点半鐘，就將火压小，用微火慢慢的煨。半点鐘后，再用旺火燒开，約十五分鐘左右肉已入味和熟了，用鉄抓子把它撈起，一塊塊地放入晾篩里。肉未冷时不要动它（以上制作系指黃牛肉而言，如系水牛肉則煮的时間要加長，一般要煮四小时。

肉撈出后，鍋內的原湯（不要再加清水，以免冲淡原汁的色和味）中再加胡椒末一錢半、德陽醬油半斤（如用一般醬油，須加冰糖或白糖二兩半，入鍋炒成糖汁，但不宜炒得过老或过嫩，以提色提味），用旺火燒沸，十分鐘后加味之素一錢半，用瓢舀入盆子里，即成滷水。

2. 卤牛杂 牛的千層肚加石灰半斤、清水一斤用手把粗皮揉落，不能揉落的地方則用刀刮淨，再用清水漂二十分鐘除去石灰味。然后入鍋用旺火燒沸，再用微火煨十五分鐘（不宜煮得过久，否則炟而不脆）撈出，放入晾篩中。

牛的肚子（肚領、蜂窩肚、草肚）要在石灰水內用手揉，使面上的蒙皮軟化，再用微火煮一点鐘，撈出用手把蒙皮撕掉。

牛头蹄用炭火把毛燎掉，再用开水燙十分鐘，撈起用刀將粗皮刮掉。然后入鍋用旺火煮一点鐘，再用微火慢慢煨四点鐘，俟头蹄的皮煮粑，撈出放入晾篩。

牛舌要嫩些，煮的时間不必过久，只要煮一点鐘就可以，煮好后把牛舌面上的粗皮剝掉，放入晾篩。

牛心先切为四瓣，用清水洗去血水，然后入鍋煮約一点鐘，若煮得过久則綿口不嫩，撈起晾凉。

煮牛杂都用白水，不加調料，煮后把水倒去不用。上述牛杂都在一口大鍋內煮，哪一种熟了就撈出来。

(二) 佐料的复制

肺片好不好吃，一方面决定于主料处理是否細致，火候是否恰当，另一方面則要依靠佐料来調味。佐料的質量和复制技术的好坏，都对成品色味有影响，佐料的品种可随顧客喜爱及制作人的經驗而定。夫妻肺片所采用的佐料有：花椒末、芝麻末、粗花生末、紅油辣椒、德陽醬油、芹菜末或葱顆等。它的选材和复制方法如下：

花椒末：用四川清溪产的花椒，入鍋用微火炕酥，然后舂成細面。

芝麻末：用微火將芝麻炒成牙黃色，再舂成粗面。

粗花生末：生花生米連同精鹽（不加鹽不易酥）少許，入鍋用微火炒酥，去掉紅衣，舂成粗粒。

紅油和紅油辣椒：植物油十斤入鍋用旺火燒至出青烟，再用微火將油燒至白色，聞有油香味为止。然后將八角、花椒各三錢放入煎十分鐘，撈去八角与花椒。同时連油帶鍋端放一旁，候其稍冷时，將辣椒面一斤放入油內，待辣椒面沉底后泌出紅油，剩下的辣椒加德陽醬油二斤調勻，即成紅油辣椒。

(三) 拌肺片

將晾冷的牛肉、牛杂等切成長不过一寸二分、寬不过八分、厚不过半分的片(要厚薄均匀)，混合在一起，使每一份肺片既有牛肉、又有牛杂。將芹菜末或葱顆三錢放在一个碗內，再將牛肉、牛杂一兩半鋪在芹菜上面。然后將滷水二錢半、紅油辣椒二錢半、紅油二錢半、粗花生末一錢半、芝麻末一錢半、花椒末半分撒在上面即成（热天辣椒面要少，冷天多加一点椒面)。

一四〇、銅井巷素面

素面有麻、辣、咸、甜、酸、香六种味道，制法簡單，在成都很受群众喜爱，不仅街头巷尾有許多攤販，居民在年节、生日、滿月等喜庆日期都爱以素面招待賓客。平时也自制食用。銅井巷素面店（原系攤販，后在銅井巷設店，故名）已有三十多年历史，因在調味和制法上有独到之处，故而出名。現該店迁移至該市西郊花園。其配料与制法如下：

(一) 原　料(按十碗計算)

面条	十二兩半	复制紅醬油①	一兩八錢
熟油辣椒②	一兩六錢	四川德阳醬油	二兩
芝麻醬③	一兩二錢	味之素	三錢
香油	一錢	蒜泥	二錢半
花椒面	少許	精醋	酌量
葱末	二錢半		

(二) 制作方法

將各种調料放入碗內，然后用旺火寬水（把面条淹过二寸左右）把面煮熟（要軟硬适度），用竹筷挑入調料之上即

成。

---

① 复制紅醬油：用四川的紅醬油二十斤加紅糖五斤（提味）、冰糖三斤（提色）入鍋煮沸，俟糖溶化后，將渣子打撈干净，用团粉七兩半加清水五兩調匀，倒入鍋內，使与醬油混合，成稀糊狀。

② 熟油辣椒：將植物油入鍋燒熟。燒时可投入生姜片看火色，开始姜片冒大泡，待只冒一点小泡时油就熟了，应即端开以免油燃；如果姜片上的气泡呈黃色，則油未熟需再燒。燒好之油晾冷后，以熟油三成辣椒面一成的比例加入辣椒面調匀即成。但应注意油的热度，过燙辣椒面产生焦糊味，过冷辣椒面不香。

③ 芝麻醬：用生芝麻醬加燒熟的植物油調成稀糊狀即成。过干則膩，調在面中吃起来不爽口。

一四一、金玉軒粉糟

金玉軒开設于成都东玉龙街，专营粉糟，創于1902年。金玉軒粉糟的特点是糊多，米心空，顆粒肥滿，味香醇甘甜，旣是甜食，又是烹調中的重要佐料，深得食用者好評，故远近馳名。

(一) 原　料

大白糯米　三十斤　　酒釉　十个

(二) 制作方法

1. 用細米篩將糯米內的谷子、谷嘴、稗子篩干净，倒入清水內用力搓洗三次。洗淨后倒入筲箕內，再用清水將渾水冲淨瀝干，放在瓦缸內加水（水要淹过糯米）浸泡三小时后，將糯米用手一捏無硬心，糯米就泡透了（若有硬心应再泡）。再倒入筲箕內瀝干。

2. 用旺火燒水一鍋，俟水沸騰后，便將鋪好甑布（用紗布或罗紋布）的木甑放于鍋內（鍋內的水必須淹过甑脚一寸高）。随后將瀝干水的糯米松松地倒入木甑內，將甑盖严，用旺火蒸半小时，上大气后再蒸十分鐘。这时可將筲箕放在瓦缸上，將木甑提出放于筲箕內过水（用瓢舀干淨冷水

四、五瓢倒入木甑內），水通过蒸好的糯米流入瓦缸內，再从缸內舀一、二瓢水倒入木甑內（保持甑內上下溫度一致）。另用缸內的热水將篾斗筐打湿，打湿后揩干，便將蒸好的糯米全部倒在斗筐內。倒出的糯米若太热可适当洒些冷水，到不冷不热、下得手的时候，便將糯米抄散、扒平，將酒粬擀細撒在糯米上（每三斤糯米要用一个酒粬。酒粬不能撒淨，应留少許待用）。最后用双手將糯米同酒粬和匀，再用瓢舀入瓦缸內（瓦缸应洗淨，缸底撒少許酒粬）。在过水、撒酒粬、和匀、裝缸整个过程中，注意冬天动作要快，应掌握裝缸时不能讓糯米太冷，要保持一定溫度（微溫）。

3．裝缸完結后，將缸內糯米扒平，用圓木棍从上一直插到底，抽去木棍便成一圓窩，再在窩的中間和周圍撒上少許酒粬。然后將缸口盖好，移瓦缸入事先准备好的窠內（用一竹制大揹兜，在揹兜內周圍和底上厚厚鋪上一層稻草，做成一个草窠形式），周圍用稻草护好，上面盖棉絮（冷天盖兩床，热天盖一床）。等过二十四到二十六小时后，可用手摸缸外是否有热度，若完全冰冷，要取大半瓢开水从缸內周圍淋进去，再盖严，用棉絮稻草护好。若有热度，再过十二小时可揭开盖子用手一按，糯米即可漩动，中間会有清汪汪的醪糟麩子水。这时醪糟便离缸，就制成功了。然后將缸水从窠內提出放于泥土地上，吃时再舀。

一四二、粉蒸牛肉

成都長順中街治德号小吃館，素以粉蒸牛肉著称，迄今已有二十六年历史。它的特点是蒸肉質細鮮嫩，美味可口，又有濃厚的小吃風味。

(一) 原　料

牛肉	一斤	四川豆豉(剁細)	四錢
一級醬油	一兩	郫县豆瓣辣醬(剁細)	四錢
植物油	一兩	料酒	三錢
姜水①	六錢	二米粉②	二兩
胡椒面	三分		

(二) 制作方法

1. 牛肉去筋后順肉紋切成条，然后横切成長一寸半、寬一寸、厚三分的骨牌片，盛瓦缸內，放入四川豆豉、郫县豆瓣辣醬、醬油、植物油、料酒、胡椒末、姜水和二米粉，用手拌匀抄轉，分裝入小竹蒸籠（圓形，直徑約二寸半、高約一寸二分），用旺火蒸熟。蒸的时間为：嫩而肥的肉蒸十五分鐘，肉老筋多的肉蒸三十分鐘即成。

上述原料可裝二十二籠，吃时將蒸好牛肉倒入碗內，按不同口味加辣椒面、花椒面、葱末、香菜。

① 姜水：老姜一兩，用刀拍爛，加清水一兩半調匀略泡，泌汁即成。

② 二米粉：按糯米二成、大米八成入鍋炒黄，用石磨推細，但不宜过細。

一四三、灯影牛肉

（从一四三至一四七共五种小吃，根据重庆市老四川制作經驗整理）

"老四川"的灯影牛肉、麻辣絲子、烟熏牛肉、滷牛肉、毛牛肉是重庆广大群众所最喜爱、最熟悉的几种小吃。1958年合併到国营頤之时餐厅，但在保安路165号另設門市部专門供应"老四川"牛肉。"老四川"向以选料严格、工作細致、佐料准确、一物而兼备数味、互不相侵、相得益彰著称。技师是严文治、鍾易風夫妇。

(一) 原　料

淨瘦牛肉	一斤	糯米酒汁	四錢

上等辣椒粉	七分半	味之素	三分
上等花椒粉	四分半	五香粉	一分
白糖	六分	植物油	一斤（实耗二兩半）
鹽	三錢一分	老姜（拍破）	三錢
硝	一分		

(二) 制作方法

1. 选肉 灯影牛肉所用牛肉必須选用牛后腿脚弯以上的瘦肉部分，即所謂“和尚头”“筒筒肉”“紅包肉”(圖15甲)。因为这部分牛肉淨瘦無筋細嫩，紋路長而整齐，最适合制作灯影牛肉的要求。

2. 片肉 將选好的牛肉片去浮皮及污染部分（忌用水洗，以保持顏色美观，防止变質。因为在制作过程中須經較長时間的晾制，如用生水洗后，易受腐敗性微生物感染而变質），切去边角，修整端正。然后摆在極平的案板上靠边处，用刀片成極薄的片子。片的方法有兩种。一种是用“滚刀”片法（圖15乙），即左手紧压肉面，右手持刀，从貼近案板处自右到左开片，左手随刀所到处滚动肉塊，片完为止。此时，应以一只干淨盤子置案板下，承接着沿案板边緣下垂的肉片，一則避免肉片折断，再則避免沾染污物。另一种是用“翻摺”片法（圖15丙），即左手紧压肉面，右手持刀，在右側面任选一个地方，自右到左开片，片至靠近左边时，应即停刀不要片断，象翻書一样把上面的一塊肉翻向左方，並將整塊肉翻面掉头，仍如前法开片、翻摺，反复进行。总的要求是將一大塊肉片成一大整張，或者較大的几張，厚薄一致，越薄越好，無穿孔和破損处。

3. 醃晾 牛肉片好后，鋪平，理伸，將鹽炒熟后加硝磨細，均匀地撒在上面，裹成圓筒形，或几張重叠，放在筲

箕里晾着，以去其血水。

晾放时間因季节而定。气溫在37°C时，晾放十四小时；气溫在3°C时，晾放四天。其余据此适当掌握，以牛肉已呈鮮紅色为准。

4. 炕与蒸 晾好后，須先炕后蒸。烘爐（圖15丁）內用杠炭生起微火（切忌猛火或明火），將每張牛肉片子理伸，一張一張（勿重叠）地平鋪在鉄絲摺子（圖15戊）上，放进烘爐炕約一刻鐘，勿須翻面。炕干后取出，放在蒸籠里，用旺火蒸約半小时。取出，切成長一寸二分，寬八分的片子，又上籠蒸約一小时半。拿出，疏散地放在筲箕內，待其冷却。

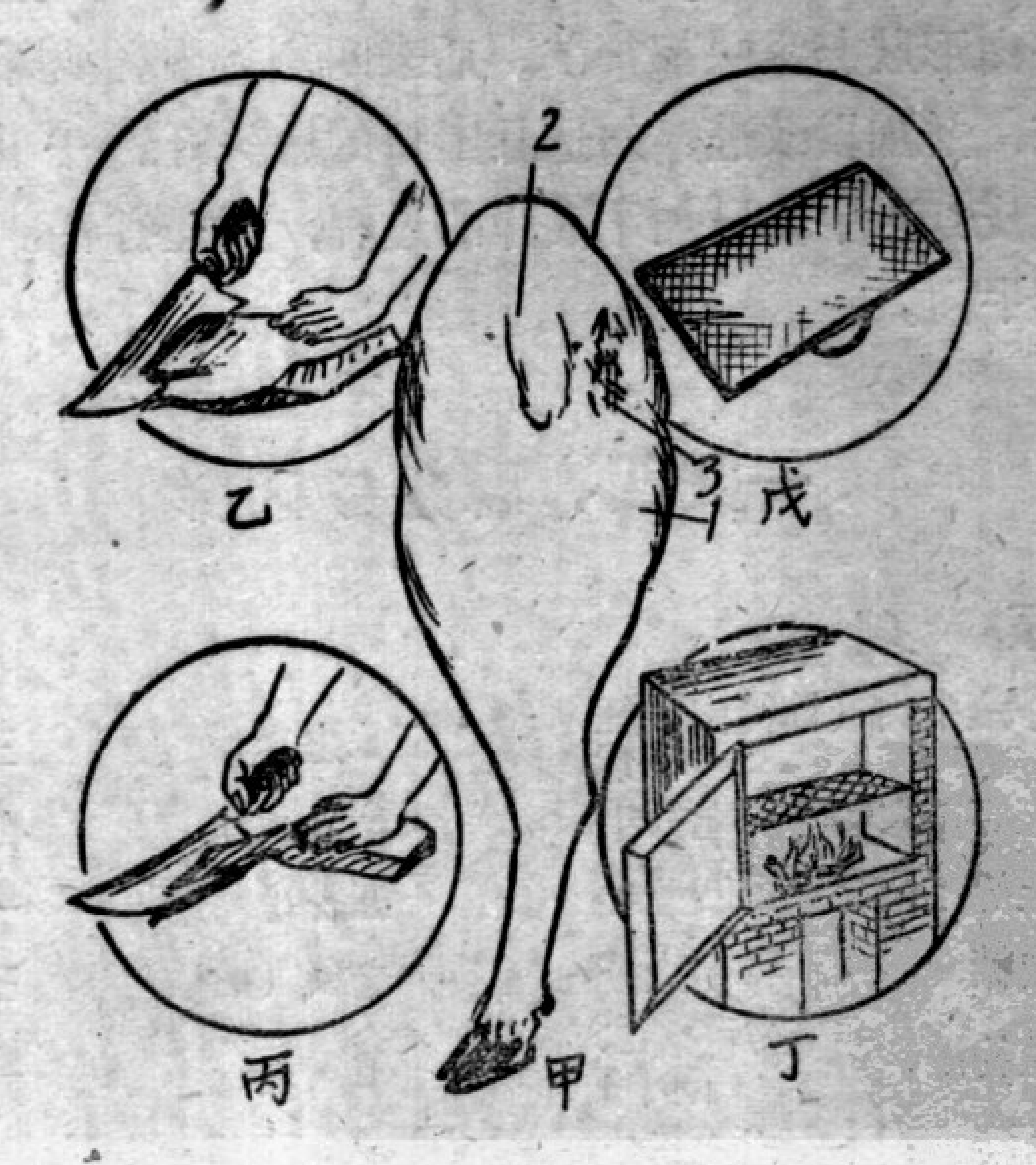


圖 15 灯影牛肉的片法和炕蒸工具

甲. 牛腿；乙. 滚刀片法；丙. 翻摺片法；丁. 烘爐；戊. 鉄絲摺子。
1.和尙头；2.筒筒肉；3.紅色肉。

5. **油炸** 菜油在耳鍋內燒熟后放下老姜。隨即將鍋挪置一旁，約十多分鐘，俟溫度稍降后，重置火口上。將牛肉片子放进鍋去，用鍋鏟輕輕抄动。炸透时，將鍋移开，傾去余油的五分之四（即鍋內仍留一部分油），放入糯米酒汁拌匀。隨即將辣椒粉、花椒粉、白糖、味之素、五香粉等一齐下鍋，迅速炒拌均匀，取出晾冷后食用。

(三) 特　点

此菜味兼麻辣香甜，肉質細嫩，色澤紅亮，薄而透明，人影隔片可見，有如"灯影戏"，故名曰灯影牛肉。又夏季可保存一星期，冬季可保存一月，毫不变質。四川省自貢市产井鹽，从鹽井中取鹽时多用牛拉，故牛肉多而質量好，所制灯影牛肉形狀与滋味都很美。后来四川省內各地厨师仿照此法制作，並加以改进，如达县出口的罐头灯影牛肉不放辣椒；重庆灯影牛肉增加了油炸的过程，因此有各种不同風味的灯影牛肉。

一四四、麻辣牛肉絲

(一) 原　料

淨瘦牛肉（筒筒肉或紅包肉）	一斤	味之素	三分
上等辣椒粉	七分半	糯米酒汁	四分
上等花椒粉	四分半	五香粉	一分
白糖	六分	老姜（拍破）	三錢
植物油	一斤（耗二兩半）	硝	一分
精鹽	二錢三分		

(二) 制作方法

將牛肉去浮皮及污染部分（忌用水洗以保鮮味並防变質）

后，順着紋路片成厚二分的塊，抹上硝鹽粉（將精鹽炒熟后加硝一起磨細）放在符箕里晾着(晾的时間与灯影牛肉同)。晾好后，疏散地摆在鉄絲摺子上，放进烘爐以杠炭微火炕約三小时。每隔十几分鐘翻面一次，取出，置蒸籠內，在旺火上蒸二小时。拿下，俟冷却，水气已干后，撕成火柴般粗的絲，每根粗細須一致，並且注意去掉白色筋絲。撕好后，用油炸，炸的方法与灯影牛肉同。

(三) 特　　点

色澤紅亮，味兼痲辣香甜，細嫩無渣。因形如蝦須，故又名蝦須牛肉，可短时保存不坏，与灯影牛肉同。

一四五、煙熏牛肉

(一) 原　　料

净瘦牛肉（筒筒肉或紅色肉）	一斤	硝	一分
上等花椒（剁碎）	四分半	五香粉	六分
精鹽（炒后加硝磨細）	三錢	白糖	一錢三分

(二) 制作方法

將牛肉去浮皮及污染部分（忌用水洗以保鮮味並防变質），修整端正后，順着紋路片成長五寸、寬一寸二分、厚二分的塊。再每塊以一端留約二分寬不切，其余部分切成二分粗的長条六条，以花椒、白糖、精鹽、五香粉等与牛肉一齐拌和均勻，漬十分鐘。俟鹽化净后，將牛肉理順，摆在符箕內晾着（晾的时間与灯影牛肉同）。晾好后，理伸，疏散地放在鉄絲摺子上，进烘爐以杠炭微火炕約三小时。每隔十几分鐘翻面一次。炕后，上籠用旺火蒸兩小时，蒸熟后取出晾

冷便成。

此菜宜及时吃，不能隔夜。

(三) 特　　点

肉質細嫩，味香可口。

一四六、滷　牛　肉

(一) 原　　料(以新制滷水，滷牛肉一百斤为标准)

卷子牛肉	一百斤	子蔻	五錢
砂头	一兩	广八角	二兩半
安桂(鳳尾刁安)	一兩三錢	山奈	六錢三分
白芷	六錢三分	小茴	一兩
草果	五錢	粉甘草	一兩三錢
老山广香	五錢	丁香	五錢
香松	六錢三分	醬油	一斤
精鹽	八斤	花椒	一兩三錢
老姜	半斤	料酒	一斤
味之素	二兩半	火硝	一兩六錢

(二) 制作方法

1. 选用卷子牛肉（牛后腿膝以下所謂“脚肚子”部分）一百斤，削去牛肉浮筋，切成每塊重一斤的塊。以精鹽五斤与硝調和均匀，抹在牛肉上，用瓦缸醃六小时——夏季；冬季則須醃二十二小时。在醃的过程中須將牛肉上下对翻二、三次。

2. 在鍋內放清水一百斤，將子蔻、砂头、广八角、安桂、山奈、白芷、小茴、草果、粉甘草、广香、丁香、香松等用清潔稀白布包着，与精鹽（三斤）、醬油一齐放入鍋內，以旺火燒开后打去泡沫，繼續熬約一小时。再放下牛

肉，燒开后再打去泡沫，又下料酒、老姜，此后即用微火（保持水微开）慢滷（老牛肉約需滷五小时，嫩牛肉只需二小时），以牛肉已熟軟为度。滷熟后，將起鍋时，加进味之素，用旺火燒开，撇开浮油（撇开浮油为的是不使粘附肉上，否則冷后会呈白色，既不美观又不爽口），撈起牛肉晾冷即成。

吃时，按横筋切成薄片。

牛肉撈出后，滷水須燒开保存，否則会变質。

第二次滷肉时，視肉的多少酌加原料，但分量应比初次为少，並且不要再加鹽和醬油。

(三) 特　　点

色澤紅潤，肉質細嫩，味極鮮香。

一四七、毛　牛　肉

(一) 原　　料（以制生牛肉十斤为标准）

淨瘦牛肉	十斤	精鹽	三兩
白糖	二兩三錢	八角	十个
甘草	三錢	白酒	二兩半
安桂（鳳尾刁安）	一錢三分	老姜(切片)	一兩三錢
味之素	二錢半	植物油（燒熟）	四斤

(二) 制作方法

將牛肉去浮皮及污染部分（忌用水洗，以保鮮味並防变質）后，順着紋路切成一斤重的塊；入清水內煮到五成熟，肉已不見血紅色时打去泡沫。將肉撈出，晾冷，再順着紋路切成寬、厚各約一分半的長条，重新放入湯內（湯只需恰恰淹着肉，多的不要），並放进所有原料，傾入植物油，用微

火（保持湯微开）慢煮六小时。随时用鍋鏟从底抄动，以免粘鍋。特别是煮到第五个鐘头的时候，因为水分快完，剩下的都是沸油了，厨师必須守在灶旁不断翻抄；千万勿用旺火或者疏于翻抄，否則有燃燒的危險。鍋中發出三至四次爆炸声时，应迅即起鍋，晾放筲箕之內。筲箕之下，以一鋁鍋接着滴下的油。牛肉冷透后將牛肉翻面，弄散，並揀去老姜、八角等。

(三) 特　　点

色金黃，細嫩無渣，別有風味。可短期保存不致变質。

一四八、九园包子

九園开設在重庆市新华路，是一家綜合性的中型餐館，可是一提起九園，总容易使人想起他那皮薄餡大、白嫩柔軟得象一个棉花球的包子。这种包子吃起来鮮香松爽，肉餡不膩人，甜餡不悶人，这是由于他們选料精良、发面綜合了南北方的經驗，工作細致的結果。故开業二十七年以来，一直博得广大消費者的贊揚。在重庆除新华路九園本店外，在上清寺和江北、北碚等各区都可以吃到九園包子。

(一) 制　　餡

甲、咸餡

1. 原　　料

無皮猪宝肋肉①	一斤	猪油	一兩半
干貝	一錢三分	醬油	一錢
味之素	二分	料酒	一錢
香油	二分	胡椒粉	半分
凈熟火腿	六錢	金鈎	三錢

甜醬	六分	精鹽	二分
口蘑	一錢半	鮮瘦肉	一兩
小葱（切花）	一錢	老姜	一片

2. 制作方法

（1）將干貝洗淨，盛入碟內，放进老姜一小片，小葱一短节，清水少許，蒸粑后，取出撕碎（葱姜不用）。金鈎洗干淨，用沸水發脹。口蘑用沸水泡脹后，洗干淨，片成薄片。火腿切成豌豆大的粒子。瘦肉去筋，用刀背捶成茸，宝肋肉切成一寸長、五分寬、一分厚的塊。

（2）將鍋燒热后，下猪油及肉，炒至六成熟时，放下精鹽、金鈎、甜醬、醬油（七分）、料酒，繼續炒至九成熟时，又下干貝、口蘑，稍炒即起鍋。

（3）將已炒好的肉剁成黄豆大的粒。將鮮瘦肉、味之素、胡椒粉、香油、火腿、葱花及醬油（三分）調拌均匀后，加入上述已炒好的肉粒內拌匀即成咸餡。

乙、甜餡

1. 原料

白糖	一斤	蜜棗	一兩三錢
好猪板油	七兩半	天冬	一兩三錢
冰糖	六錢三分	桔餅	六錢三分
玫瑰糖	六分	蜜櫻桃	一兩三錢
芝蔴	六錢三分	蜜瓜条	一兩三錢
核桃仁	六錢三分	猪油	半斤（实耗二錢半）

2. 制作方法

（1）猪板油煮熟，撕去皮子，切成二分見方的顆粒。冰糖搗碎（芝蔴般大）。所有蜜餞都切成黄豆大的顆粒。桃仁洗淨，用沸水泡后去皮，再以猪油炸酥后搗碎。芝蔴淘洗干

淨，晾干，用微火炒到顆顆呈金黄色，顆顆爆裂噴發香气时，起鍋碾成末(勿太細)。

(2) 將以上已經加工的原料与白糖一齐拌和均匀即成甜餡，拌和时，忌久拌更忌揉搓，否則会出油。

(二) 發　面

1. 原料

特級面粉	一斤	鮮牛奶	一兩三錢
飴糖	一兩二錢	苏打②	六分
白糖	六錢半	泡打粉	六分
老面	六錢		

2. 制作方法

在面粉內加冷水四兩、老面、飴糖及牛奶反复揉和均匀，以揉熟为佳，發酵一小时半。俟膨脹柔軟如棉时，取置案板上，加进白糖、苏打、泡打粉，揉匀之后，揪成十六个面剂（每个重一兩），用手压成圓餅，中間稍厚，边沿稍薄。

(三) 包餡和蒸包

將上述皮子包上咸餡或甜餡（每个包餡八錢），在封口处捏十至十二个皺折（又名瓣），俗謂“捏大花”。此种發面甚嫩，又是捏大花，操作必須迅速，否則捏不攏来。

2. 包好后上籠时，每个包子垫上一方洗淨的菜叶，蒸熟后才便于取出。蒸时，須俟水已猛开才安上蒸籠。火要旺，蒸約五至六分鐘即成。

---

① 宝肋肉，即猪宝肋骨外面那一部分的肉，如猪过肥，不能全用宝肋肉，須宝肋肉与五花肉各用一半。

② 溫度高过 35°C 时，須用苏打九分。

一四九、頤之时棗糕

(根据重庆頤之时餐厅制作經驗整理)

(一) 原　料

生猪板油	三斤	鷄蛋	二斤半
蜜棗	一斤	黑芝蔴	六錢半
核桃仁	一斤	特級面粉	一斤六兩
蜜瓜条	一斤	白糖	二斤半
玫瑰糖	二兩半	蜜櫻桃	半斤

(二) 制作方法

1. 猪板油去皮，切成小指头粗的方形顆粒。蜜棗去核，与桃仁、瓜条、櫻桃一齐剁成菉豆大的顆粒。

2. 將鷄蛋打破放入缸缽（或鉄桶）內，加进白糖，以打蛋器用力攪起泡沫至成乳白色泡脹到約三倍时，加进面粉攪和均匀。再加进猪板油、蜜棗、桃仁、瓜条、櫻桃、玫瑰等，复行攪匀。

3. 在蒸籠底舖上一層湿紗布，靠近籠边立置長四寸、寬一寸五分的薄木板一塊，留出空隙使热气易于上升。將已調好的棗糕材料倒进蒸籠內擀平，撒上芝蔴。

4. 鍋內放水用旺火燒至沸騰后，擱上裝好料的蒸籠，蒸半小时即熟。是否蒸熟，可以小竹签插入糕中抽出查看，如签上未粘附糕料，不粘手，便是熟了。提下蒸籠，在蒸籠口上扣一塊翻板（比蒸籠稍大的圓木板）將棗糕翻出来，趁热去掉紗布。然后，又以一塊翻板夾住棗糕，再翻一个面，待冷却后，划成一寸正方形塊子即成。

（三）特　　点

香甜爽口，富于营养。

一五〇、丘三炖鸡汁

丘三館于1946年創办。因系退伍軍人所办，而当时称武人为"丘八"，退伍，即八減了伍，余下者为三，因自称"丘三"館。丘三館現开設重庆民族路61号，除擅長炖鷄外，还精于紅燒八鮮、海参炖鷄等。

（一）原　　料

鮮肥母鷄	一只(約三斤以上)	味之素	一分半
老姜（拍破）	二錢半	精鹽	二錢半
枸杞	三錢	胡椒粉	三厘

（二）制作方法

1. 將鷄宰杀去粗毛后，在明火上燎一下以去其軟毛，再放入清水內，边洗、边用鉄夾子摘尽軟毛。然后剖腹挖去內臟，用溫热水將鷄里外徹底洗干淨，再放进冷水內清洗，以水呈清色不見血水为度。

2. 把洗淨的鷄放在墩上，从頸椿处剁去鷄头，从脚弯处剁去鷄脚，放入鋼盅鍋（高八寸、直徑七寸八分）內，加清水六斤置旺火上燒开，打去泡沫。随即投入老姜、枸杞（用潔白沙布包着）、鷄油（如鷄瘦，除此鷄的鷄油外須另加鷄油二兩半）。重行燒开后，將鋼盅鍋移放"煨爐"①內，以煤球微火炖四小时（嫩鷄只需三小时）即可。

3. 炖好后，將鷄取出，以筷子撥开鷄肉，去掉背脊骨。檢去老姜，取出枸杞。

吃时，在碗中加味之素、精鹽、胡椒粉、並酌加少量鮮

嫩菉叶小菜。

(三) 特　　点

鮮香細嫩，富于营养。

① 煨爐系鉄皮圓筒，分兩节，上节为鋼盅鍋套筒（高二寸三分、直徑八寸一分，筒底开直徑三寸五分圓孔一个、小气眼四个，其作用在使热力集中，不外散。下节为敞口座子，作裝炭之用。高三寸五分、直徑八寸一分，周圍开四个小通風气眼。

一五一、經济凉面

(一) 原　　料

細圓面条	十斤	色油①	一斤九兩
紅油辣椒②	一斤二兩	甲醋	一斤九兩
芝蔴醬	一斤	芝蔴粉	一兩
蒜泥	三兩	葱花	四兩
白糖	一兩	味之素	一兩
植物油（燒熟）	八兩	花椒粉	八錢

(二) 制作方法

1. 面条以旺火煮到八、九成熟时，撈起以長筷將面条展开，候其稍冷塗沫植物油八兩，复將面条抖散。然后用电扇或以人工扇冷，仍要展开，以防其粘連变質。

2. 凉面入碗后，先將葱花、蒜泥（蒜去皮剁开搗爛，拌以冷水）、色油、紅油、醋、芝蔴醬、白糖等料依次放在面条的上面，最后放下芝蔴粉、花椒粉、味之素即成。不喜吃紅油的，則多放芝蔴醬以代替紅油，仍能保持其鮮味。

(三) 特　　点

凉面是咸甜辣味俱备的小食品，四季可吃，喝酒时和炎热季节食之尤为香鮮可口。

① 色油：將飴糖十斤用微火熬至水分快干变色时加入冷水一斤半，大約經过十小时即提煉出色油十二斤，質濃略帶甜味。

② 紅油：將成都所产牛角干紅辣椒六两，摘去蒂子用細火焙焦，焙时加少許植物油（油可減輕焙时椒的刺激性並增加香味）。焙后以石臼舂細过篩，另以植物油三斤煎沸取出傾入鉄桶內，將米飯团及拍破的老姜和青葱（葱可避免油的生气）均用布袋裝起，放入油內，待油稍冷，再放下辣椒粉拌勻。另以鉄絲網盛上紫草（中药名）浸入油內，在紫草由紅变白色时，植物油即呈紫紅色，光澤透明紅潤，椒粉沉于油底，把米飯团、葱姜、紫草取出不用，即为紅油。最好經过一、二日后使用，味更鮮香。

一五二、正东担担面

正东担担面于 1942 年在重庆陝西路灯籠巷設攤营業，深受群众欢迎。1950 年始以“正东”店号設店于保安路。該店除担担面外，所作紅燒牛肉面、紅油水餃，味亦佳美。

(一) 原　　料（以十二碗計）

面条	二斤	香油	八錢
紅油①	三兩	葱花	六錢
上等醬油	四兩	猪油	二兩
叙府芽菜	一兩六錢	芝蔴醬	二兩
味之素	一錢五分		

(二) 制作方法

1. 芽菜切成細粒，芝蔴醬与香油調成醬。連同紅油、醬油、猪油、味之素同盛一碗中。

2. 面条在开水鍋內煮五分鐘即熟，撈入碗中，撒上葱花即成。

(三) 特　　点

此面無湯，各种味道直透面內，滑潤鮮香，辣而不燥，極其可口。

① 紅油將上等辣椒一兩去蒂，以微火炕干，炕时酌下少許菜油。炕好后，入面臼内舂成筷子头粗的小塊。另以菜油五兩用旺火燒熟。挪置微火上，放入老姜一小塊、肥母鷄肉（炸取其汁）二兩半，並以少許紫草（中药，取其紅色）盛漏瓢中下油鍋内浸炸，俟油已呈紫紅色时，即連同老姜、鷄肉一齐取出。將油傾入鉄桶中（瓦瓷器易炸破，不宜用），隨即放入芝蔴，待油溫度稍降后，加进辣椒以鉄湯瓢攪勻即成。

一五三、云龙园毛肚火鍋

（根据重庆市临江路云龙园毛肚火鍋店制作經驗整理）

（一）火鍋的構造

毛肚火鍋（如圖16）与一般火鍋不同，它的用具分三个部分，上面是一个直徑八寸、深二寸半左右的瓦蒸缽，沒有瓦蒸缽用鋁鍋也可以，但不宜用銅鍋。中間是一个火爐，是普通的瓦火爐再經他們自己泥制过的，爐高一尺半，爐口直徑五寸，爐膛深一尺二寸，直徑为四寸半。爐口边沿有三个

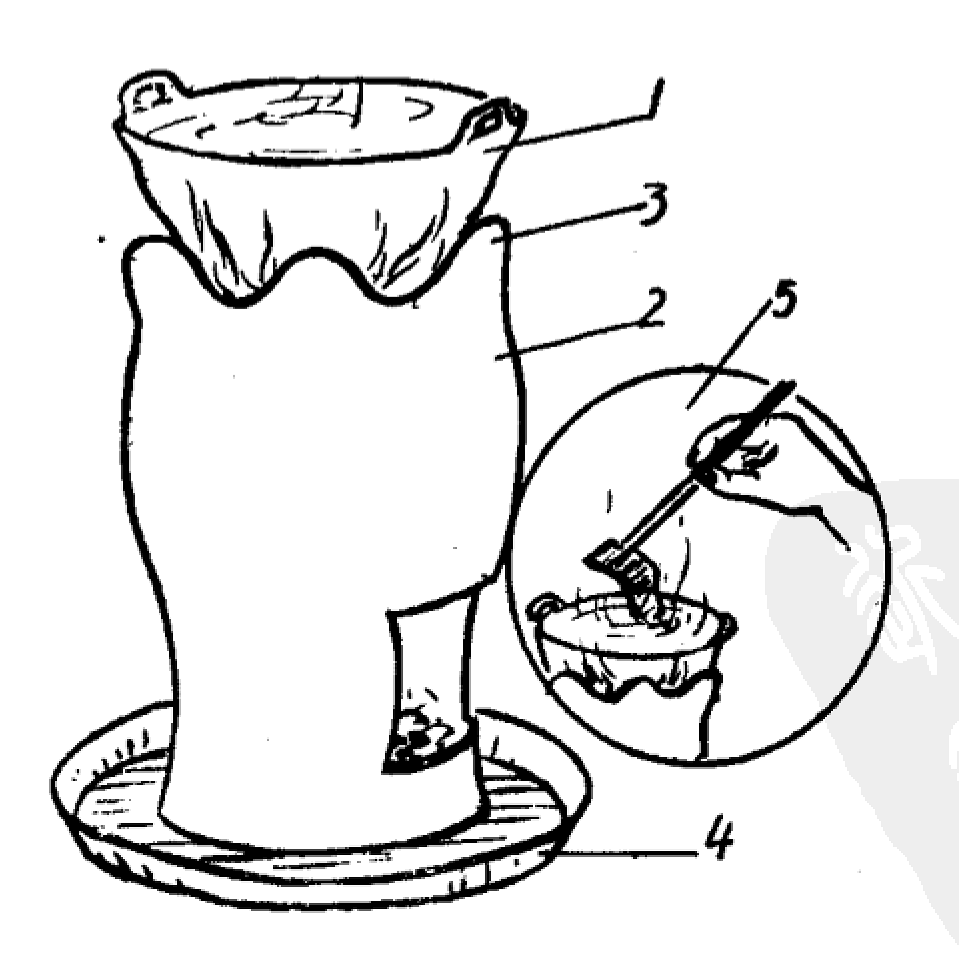


圖 16 毛肚火鍋

1.蒸缽（或鋁鍋）；2.火爐；3.角包；4.瓦托盤；5.燙生片

"角包"（約一寸高），蒸缽就放在"角包"上，以便通風，下面是一个平底托盤，內裝炭灰，火爐放在上面，以免燒坏桌面。

(二) 滷　　水

毛肚火鍋滋味的好坏，首先在于滷水配制的如何。滷水一份的制法如下：

1. 原料

陈年永川豆豉	二兩	牛油	二兩半
大紅花椒	一錢三分	姜末	一兩
精鹽	三錢	料酒	六錢
辣椒面	八錢	冰糖	三錢
郫县豆瓣醬(剁成粗粒)	二兩半	糯米酒	二兩
高湯	二斤半		

2. 制作方法

先把高湯放在蒸缽內燒开，再將其他原料一起放入攪匀，俟湯重行煮沸，再經八分鐘，湯面即浮有一層泡沫。此时一手拿小碗一个，另一手持羹匙，以羹匙底將泡沫沾入碗內，直至沾尽为止（不要象舀湯一样去舀泡沫，以免將油舀去），滷水就制成了。

(三) 火鍋主料

1. 原　　料

牛毛肚	牛　腰
牛　肝	牛腦花
牛脊髓	牛肉（或猪肉）
黃　葱	青　蒜
白　菜	

2. 原料的处理

毛肚火鍋的原料主要是牛毛肚，以水牛的为好，它比黃

牛毛肚肉厚而脆，味道也美一些。先將毛肚剖开，抖尽牛粪，攤开將其叶子層層理伸，用清水翻洗至無草味为止。再切去"肚沿"（即肛門附近一圈），撕去底板（即沒有叶子的一面）的油皮。以一張大叶子和一張小叶子(俗称公母叶子)为一連，順着紋路切断。再將每連叶子理順攤平，切成寬五分左右的片。其次是腰、肝，也以水牛的为好，洗淨以后，切为極薄的片，比一般炒肝腰片要大一、二倍，肝片上面塗以稀蛋清团粉，使其更为滑嫩。再其次是腦花，浸在清水內撕去血筋，横着切成二分寬的塊；脊髓先用小刀剝去外皮，再放在清水內撕去血筋，剖成兩股后再切成一寸半長的段。牛肉或豬肉均片成薄片。黃葱与青蒜切成二寸長的段。白菜撕成小塊。

(四) 吃　法

吃的时候，先把腦花、脊髓、肉片（亦可燙熟即吃）、黃葱、青蒜、白菜等放进有熬好的滷水的火鍋內煮十五分鐘左右(在夏天还可以把田鷄腿、鱔魚放入同煮，味更鮮美)。湯已出味时，每人备小碗一个，內放香油一兩、味之素少許、生鷄蛋一个攪勻，用竹筷夾着毛肚叶子先將底板浸入湯內摆动四、五下，随即全部浸入，約一分鐘，肚叶卷縮即可撈出；肝腰片燙至变色时撈出，均蘸以香油、生鷄蛋食用，这样不仅香油增加了香味，同时生鷄蛋可減輕燥火。其他如腦花等煮熟后即可吃。火鍋內的調料味不够时，可增添。

吃完以后，可喝几碗老蔭茶（系茶叶的一种，四川农村普遍飲用），能解油膩。

一五四、順庆羊肉粉

順庆羊肉粉館，設在重庆市五四路，厨师蒲銘怀擅長羊肉类小品菜点，而尤以羊肉粉为最有名。

(一) 原　料

上等細米粉条	三十四斤	小磨麻油	一兩三錢
羊	一只約十六斤（以每只重十五斤至二十斤者为佳）	胡椒	七錢
花椒	一錢三分	味之素醬油	三斤半
胡椒粉	三錢	老姜（拍破）	半斤
葱花	一兩三錢	精鹽（炒熟）	半斤
香菜	四兩	紅油	三兩
味之素	四錢		

(二) 制作方法

1. 羊宰杀后，剥去皮。羊肉去骨；羊肚以六、七成热的水燙去肚皮（肚子里層黑多白少那一層皮）；羊腸內外翻洗干淨；羊头剖成兩半边；羊脚去蹄壳，均用冷水漂（不必換水），漂的时間夏季一小时，冬季为三至四小时，春秋季为二小时。然后將羊肉、肚、腸、头、蹄，連同老姜、胡椒粒、花椒粒（均用潔布包好）同时投入冷水鍋內，水以高出肉二寸左右为度。加上盖，用旺火炖，在水接近开的时候应注意將浮在水面的血泡除淨，經过三小时便已炖熟。其水量最好一次加好，不宜中途加水，影响質量。

2. 炖熟后，羊肉按順筋切为長条，再横切片。羊肚先切成段，再切梭子塊形。羊腸切成尖角（如馬耳朵狀）。羊头与脚均留肉去骨，切成小塊。羊肝、羊腰用冷水洗淨（切忌火煮），食时用沸湯燙熟即可。每个碗中酌放醬油、味之

素、胡椒粉、紅油、麻油、鹽、葱花等和燉羊肉湯。米粉盛入竹制漏勺內先用沸水燙五、六下，再入滾湯燙一、二下，即已煮熟倒入碗中。再將羊肉、肚、腸、头、蹄、肝、腰片等蓋在上面即成。肉与头蹄等混合配售或分別供应均可。

(三) 特　　点

湯鮮美，粉滑潤。

一五五、竹林蒜泥白肉

竹林小餐原創設于1929年，在重庆市保安路。

(一) 原　　料

猪后腿肉	一斤	复制醬油①	三兩
紅油②	二兩	蒜泥③	一兩
味之素	一錢		

(二) 制作方法

1. 煮肉　猪后腿肉（选用一百廿斤至一百卅斤重的生猪的腿肉最佳）先用燒紅的烙鉄烙一遍，除去皮上茸毛，入清水漂后用刀刮洗干淨，切成兩大塊（分上下兩段），投入沸騰的开水中用旺火煮到七分火候撈起；再切成一寸半見方小塊，仍入沸水續煮至八分半火候起鍋。然后用原湯汁泡起，使肉吸收水分。切時方取出（避免肉受風吹，失味和变色）。

2. 片肉　切肉所用的刀以質輕、叶薄、鋒利者为合适，刀長約八寸、寬約四寸。切時左手掌应伸平將肉压紧，右手持刀用平刀从横筋开始，刀初入肉時要用力揉擦几下，然后用拖刀法一气片到底，片得越薄越佳（忌断折），既能使肉容易吸收調料、增加質味，又可保持整齐美观。

3. 調制佐料　白肉用盤盛裝，叠成笋尖形（即下大上小）。先將味之素調入醬油傾在肉上，次放蒜泥，最后淋下紅油，即可上席。

(三) 特　点

肉薄而嫩，味極鮮美，不膩口，适于佐餐。

---

① 复制醬油：先在鍋內盛上冷水約二兩，放下紅糖五兩，用鏟不停地攪动（避免粘鍋），將糖炒化呈棕黃色时，續傾进醬油十斤及冰糖三兩二錢，再把老姜五兩、陝西花椒一錢、山奈一分半、甘松四分、安桂、八角、草果各五分混合，用潔布包好一併投进鍋內。用旺火熬开后，改用微火煑約一点半鐘，俟醬油轉濃呈現膠質，十斤醬油連同輔料加工后只余七成半时，撿去老姜包等，即成味咸甜粘肉的复制醬油。

② 紅油：

1. 先以植物油一兩將鍋塗遍，俟其热时投入成都所产的牛角辣椒（先將椒蒂去掉）一斤，用細火焙炕，追椒剛炕焦即起鍋，稍冷，入石臼舂过，再过篩，留用細末。

2. 以植物油三斤用旺火燒开，在將起鍋时投下拍爛的老姜三錢。將鍋移离爐火，候油稍冷，即傾入辣椒面缽內（用鉄缽），略加攪动，即成紅油，呈鮮紅色。

③ 蒜泥：去皮大蒜一斤洗干淨舂成泥，放入鹽一錢二分、植物油二、三滴，用冷开水二斤調拌均勻，蒜泥水即浮在上面，泥沉底。用时水与泥混合，酌量淋放白肉上面。

一五六、星临軒涼拌牛肉

星临軒回菜館設在重庆和平路側至聖宮，已有五十余年历史，所制凉拌牛肉、五香牛肉、水晶包子等菜点頗为有名。

(一) 原　料

生牛肉(牛舌亦可)	一斤	甲級醬油	一兩六錢
甲級醋	一兩	紅油辣椒①	三錢二分
香油	六錢三分	白糖(加入醋內)	六錢三分

蒜泥	三錢二分	花椒粉	三錢
味之素（加入醬油內）	七厘	蔬菜	二兩

(二) 制作方法

1．牛肉用水洗淨，入鍋煮到七成半火候，撈起晾凉后，切成極薄的片；如用牛舌只煮到六成火候时，去皮，冷后剖为兩半，再斜切成薄片，均須冷透后使用。

2．先把蔬菜（如椿芽、芹菜、黄豆芽等，按季节不同配用）洗淨切好，放在碗底。再把切好的牛肉(牛舌)蓋在上面。然后將醬油、蒜泥、花椒粉、香油、紅油辣椒、醋等混合拌匀，淋在牛肉片上即成。

(三) 特　　点

麻辣香軟，片切甚薄，食后無渣，極为爽口。

---

① 紅油辣椒：先將永川豆豉一斤以植物油四斤炸酥，瘦牛肉二斤切成小顆粒，亦用植物油炸酥待用。然后把全部植物油入鍋燒沸，投下豆豉、辣椒粉及牛肉顆調成紅油辣子即成。牛肉顆沉底，油浮其上，味極鮮濃。可保藏經年不变質。

一五七、江北提絲發糕

江北提絲发糕在重庆已有五十余年历史，現由重庆市江北洁美食店制作供应。此糕香甜，柔潤爽口，可列入筵席，亦可小卖。

(一) 原　　料

面粉	二斤	白糖	二斤
老面(面肥)	二兩半	桂花糖	三錢半
飴糖	二兩半	白芝蔴（炒熟磨粉）	一兩半

猪油	一斤	米湯	一斤
苏打	二錢		

(二) 制作方法

1. 先將米湯、飴糖、老面盛入缸缽內攪和均匀，然后放进面粉內揉好。約經兩小时半發酵（此为夏季攝氏三十六度所需时間，冬季約需十二小时）后，取置案板上，加进苏打及猪油一兩二錢、白糖一兩二錢揉勻，擀平，塗上猪油一兩半，裹成筒。再搓成小拇指粗的条，切成四寸長的节，上籠蒸約十五分鐘，取出，抖散待用。

2. 將所余猪油全部入鍋，在微火上燒热后，放下面条，至油已透入面条时即將鍋提离火口，撒下白糖八兩八錢及芝蔴面、桂花糖，用筷子和勻，起鍋即成。

一五八、川北凉粉(黃凉粉)

川制凉粉大致可分为黄白兩类，各具風味。黃凉粉肇始于川北，后推广到成都、重庆等地，並有所改进，但仍多以川北凉粉为名。川北凉粉店于1951年由李紹明、黃建州兩人在重庆市临江路开創，一向专营黃白凉粉兼售凉面，其所制凉粉是有名的。

(一) 原 料（按十碗計算）

白豌豆	二斤	紅油(制法詳"担担面")	一兩一錢
豆母子①	一兩一錢	味之素	四厘
上等花椒粉	四厘	蒜泥	三錢

(二) 制作方法

1. 白豌豆用冷水泡十小时發脹，夏天換水三次，冬季

换水次数可酌量減少。泡后用水淘干淨，除尽泥沙，入磨磨細成汁（愈細愈好）以布袋盛裝过濾，使豆粉与渣分开，濾到水呈本色时为度。待粉漿的水澄清时泌去水，再另换清水（免粉發酸）。这时水浮在最上一層；中層系黄粉，又称油粉；最下層系豆粉，又称白粉；三層截然分开。

2. 把最上層的清水去掉，中層的黄粉傾入旺火鍋中熬，要不断攪动（避免粘連成塊或成坨），夏季經过十分鐘，冬季略長，使黄粉酸味蒸發之后，把白粉攪勻緩緩注入鍋中，与黄粉混合再行攪勻，成黄色漿糊狀态时，用竹片攪动后，提起漿濃如膠，往下流时如成片狀（俗称"成牌"）即已成熟起鍋。如不成牌，須加白粉再攪，經过六、七小时冷却即成凉粉（未冷时亦可吃，俗称热凉粉）。

3. 用銅質片刀（忌用鉄器，因鉄易生銹）將凉粉切成三分寬、二寸長、一分厚的条形或梭子形盛入碗中，在凉粉上加进豆母子、味之素、花椒粉、蒜泥、紅油等佐料即可食用。

(三) 特　点

此粉麻辣柔韌，易于消化。供餐，下酒均宜，不分寒暑均可食用。

---

① 豆母子：是一种調味品，作法是將植物油一斤入鍋燒热，投入鹽三斤略炒，待鹽溶化，再將永川豆豉五斤放进，用鏟攪动，使豆豉疏散不致凝結成坨。然后加入清水十斤，用猛火熬开，隨以团粉調成二流芡，待其水沸呈漿糊狀时起鍋儲存使用。

一五九、丘二鍋貼餃

鍋貼餃內含少許湯汁，皮餡均極鮮嫩，底板香脆。"丘二"店設于重庆市民国路194号，以制鍋貼餃出名。

(一) 原　料

原料	用量	原料	用量
前夾猪肉（半肥半瘦）	十斤	母鷄原湯	六斤（夏季減半）
猪油	一斤	甲級紅醬油	一斤
香油	一斤	料酒	二兩半
白糖	二兩半	白胡椒粉	三兩
老姜	二兩半	葱	二兩半
味之素	六錢	特級面粉	六斤

(二) 制作方法

1. 將肉剔去皮，再用冷水洗淨，切成長条形，以絞肉机絞成肉茸盛入缸鉢內。葱、老姜用刀拍爛，加少量清水及少許精鹽挤取其汁，与味之素、胡椒粉、白糖、料酒、醬油等傾入肉內和匀，再將鷄湯陆續加进肉內用手攪撻，第一次約加湯一斤半，俟肉攪至如糯米巴狀时再下一斤半，繼續攪撻。如所用的肉容易吸收水分，剩下的鷄湯可一次傾入，並同时加进香油，再繼續摻至全部湯为肉完全吸收时即成，如所用的肉不容易吸收水分，則鷄湯六斤应平均分为四次加进攪撻，香油亦須于第三次和第四次时加入。香油的作用既可增加香味，又可使湯的質味易于浸入肉的內部。

2. 面粉五斤（另一斤作撲粉用）撥成鳥窩形，以八成开的热水二斤二兩陆續加入，先用工具急速攪动，再用手揉和后切成若干小長条使它易于冷却。冬季經过十五分鐘，夏季經过二十至二十五分鐘即可冷却，以冷透为合度，至此即成燙面。

面冷透后把各个小条子合攏揉融，搓成細条，再揪成若干个小剂子，擀成边薄中厚的圓形餃皮重約三錢，再每个包上肉餡四錢，捏成餃子。

3．在平鍋上淋上少許植物油，將餃子放入鍋內排列整齐，不宜太挤，然后把猪油淋在各个餃子的上面（避免粘連），随即酌以冷水（每鍋四兩）注入鍋的中央，迅速將鍋盖好，並不斷轉动平鍋，使餃子所受火力保持均衡。大約經过四至五分鐘，鍋中發出水炸声即行揭盖，再如前法淋下兩小瓢的猪油，再行盖緊轉动約二分鐘即成。鍋中央火力較旺处的餃子須先剷起，其余陆續起鍋即成。

一六〇、牛骨髓酥油茶

在四川，一般多以牛油、羊油制作油茶，1953年曹正华以其家乡制"炒面"的方法加以改进，制成牛骨髓酥油茶，有特殊風味。

(一) 原　料

牛骨髓油①	五斤	大头菜（剁成末）	酌用
上等面粉	六十斤（饊子用五十斤，油酥用十斤）		
大米	三十斤	味之素	酌用
花椒粉	酌用	香菜	酌用
植物油	四十二斤半（饊子耗二十斤，油酥耗二斤）	精鹽	一斤二兩零三分（饊子用一斤二兩，碗內用三分）
油酥黃豆	一錢（每碗）	辣椒粉	酌用
黃豆粉（炒熟）	一錢（每碗）	葱花	酌用
姜米	酌用	熟花生米（搗碎）	一錢（每碗）
二湯	三百斤	鷄蛋	一个（每碗）

(二) 制作方法

1．**提煉牛骨髓油**　將牛骨髓油入鍋熬化（不可久熬），

熬时放下蘿卜半斤(改放老姜一兩半亦可)去其腥气，俟油清亮时取出，用濾布濾去油渣，濾出的油貯入鉄桶內。此时，用缽盛冷水少許將油緩緩瀉入，油浮水面，俟其冷透用手輕輕推动，油已凝固如餅，即取出悬通風处所。冬至前后煉制的油，最長可保藏一年不变質。

2. **制油酥**　將已提煉过的牛骨髓油入鍋用微火熔化后，注入植物油(为的避免凝固坚硬，不便保存和使用)，不俟油沸（約五成火）即陆續放下面粉(十斤)，随即迅速翻鏟不停，以防炒糊，待面粉呈金黄色时即成。

3. **制米漿**　大米用水泡一天，入碾磨成漿，漿汁越細越好。

4. **制饊子**　以特級面粉五十斤加冷水十二斤半、精鹽八兩至一斤二兩（冬季宜少，夏季較多）拌匀，用力攪揉搓成直徑一寸的圓条，称为"头条"，繼再搓小为"二条""三条"，絞作一盤放于缽內，泡以植物油(油須淹着面条)。然后將其拉長，用長竹筷輕輕挑放沸油鍋中用旺火炸，並勤用竹筷撥动，不使粘連成餅。俟面呈金黄色时便成饊子。

5. **調酥油茶**　將二湯三百斤入鍋燒沸后，下味之素及油酥炒面，用湯瓢調散，随即緩緩傾入米漿，不断攪动使成为二流芡一样，再以旺火熬沸，便成酥油茶。同时，將鷄蛋打在碗內，灌进酥油茶，並加上精鹽五分、花椒粉、油炸黄豆、姜末、大头菜末、黄豆粉、香菜、辣椒粉、花生仁末、葱花、饊子，即可食用。

(三) 特　　点

酥脆香鮮，富有营养。

---

① 黄牛的骨髓油色黄，光澤美观，水牛骨髓油色白，臊气重，但营养价值較高。

一六一、魯抄手棒棒鸡

棒棒鷄在四川省內普遍制售，其中以乐山（旧名嘉定）棒棒鷄最为有名，因乐山县汉陽垻盛产花生，多用花生飼鷄，故鷄肉特別香嫩。1913年起，重庆开始有人設攤制作，深受群众欢迎，廚师是魯錫忠，因兼营抄手，故名魯抄手。

(一) 原　料

肥嫩公鷄	一只（重三斤左右）	芝麻醬	一錢二分
香油	一錢三分	上等辣椒（大小椒各半）	一錢
白糖	二錢五分	植物油	三錢
口蘑醬油	一斤	白芝麻	二錢五分
味之素	一錢	上等花椒	一錢
葱花	七錢		

(二) 制作方法

1. 將鷄宰杀后，提着鷄头將鷄脚浸入溫开水（水溫以勉可下手为度）內燙約五分鐘，褪去脚上粗皮。再提着鷄脚將全身在水內摆动約七、八分鐘，拔去粗毛，用明火燎去軟毛，入冷水內边洗边以小鉄夾子摘尽軟毛。然后剖腹，去內臟，以冷水清洗干淨。洗淨后放入沸水內煮一刻鐘，当水正漲时，加进半瓢冷水，重行燒开后，將鷄翻面，煮約十分鐘时，又加入半瓢冷水，又燒开，又翻面。此时可將小竹籤刺入鷄肉內約二、三分深，如已無血珠冒出，則鷄肉已柔軟，即取出，以冷开水泡一小时提出晾干水气，再以香油一兩均匀地刷在鷄皮上。

2. 將鷄头、頸、翅、脚、胸脯肉、背脊肉分部位切开，鷄头切成兩塊，其余用小木棒輕捶，使之柔軟，因此名曰棒棒鷄。吃時，根据所好將指定部分撕成絲子，蘸着佐料吃。

3. 辣椒在鍋內焙热时，稍下点菜油，焙干后，連同籽搗成粗面子，以煉熟的植物油調和成紅油。芝蔴洗净，炒酥，碾成粉（勿太細）。花椒焙干，磨成粉。芝蔴醬与香油各半調成香油芝蔴醬。然后取醬油一兩、紅油二分、香油芝蔴醬二分五厘、芝蔴粉二分五厘、白糖二分五厘、葱花七分、花椒粉及味之素各少許同盛一碟內，調匀，作成調味酌料，蘸而食之。

(三) 特　点

麻辣香甜，細嫩無渣。

一六二、潔园猪油鸡蛋熨斗糕

重庆市民国路洁园茶社附設小食部能制甜食类各样小吃品，厨师赵树森所制熨斗糕有独到之处，特予介紹。

(一) 原　料

上等大米	十斤	果子醬	二斤
猪油	一斤三兩	碱	六錢三分
白糖	三斤八兩	老漿子（米漿）	一斤
鷄蛋	三斤半	植物油	一兩五錢
桂花	半斤		

(二) 制作方法

1. 大米八斤以冷水（冬季用溫热水）淘洗二次，去其泥沙后，夏季再用冷水泡六小时，冬季泡十小时，不須換水。剩下的大米二斤（冬季留用二斤半）煮至七、八成熟时（俗

称"生飯"）待用。

2．將泡好的米連同生飯混合攪匀用管箕把水瀝干，在入磨前再用冷水淋米一次。然后將米磨成漿子，用清潔的瓦缸盛装，留出少許（待用）后加进老漿子(即已發泡的米漿，作用有如老面）攪匀，將口蓋好（夏季經过四小时，冬季需八小时）待其發泡。是否發泡、可用小木瓢插入漿的中間来测驗，如瓢直立不倒，証明漿子已經發泡，即全面攪动再蓋好。俟一小时后放进新漿子少許，就可全面發泡。此时將鷄蛋击破，用竹筷攪匀至起泡沫，加入白糖，桂花繼續再攪，然后傾入漿子內，用木瓢攪拌均匀待烙。

3．在每个烙碗中抹上少許水油（植物油三分之一加清水三分之二）免致粘鍋。烙时火力大小須适度，过旺則会外糊內生，过小則不泡。如有油炸声，則表明火力过小，如冒青烟則表明火力太旺，应立即用鸚鵡嘴形鉄鉗夾起进行調剂。在漿入烙碗后，随將猪油淋入鍋，把果醬放入碗的中間，至烙到一定火候时用細長鉄签（長約八寸，一端尖，一端扁）翻面，再放进猪油，烙至一定时間用鉄签插入糕心，視漿子不粘签即已烙熟。



(三) 爐、碗的構造(圖 17)和使用

烙糕所用的烙碗、銅、鉄質均可，直徑約一寸三分、高九分，形似熨斗，故名熨斗糕。所用的爐子成喇叭形，高齐人腹，爐口直徑一尺五寸，爐膛深一尺二寸，爐桥長八寸至一尺。用泡炭或木炭發火。在爐膛的底層鋪上中碗大、六寸高的塊形嵐炭（烟煤經燒煉以后未成焦炭之前叫嵐炭，优点是火力大，無煤烟），它的上層鋪以如大拇指大的嵐炭、然后再以燒过的粗嵐炭渣（如小豌豆大）鋪滿一層，其最上一層用菉豆大的嵐炭末子鋪上，随即以磚头用力紧压平整，使之

便于摆放烙碗、切忌凹凸不平。

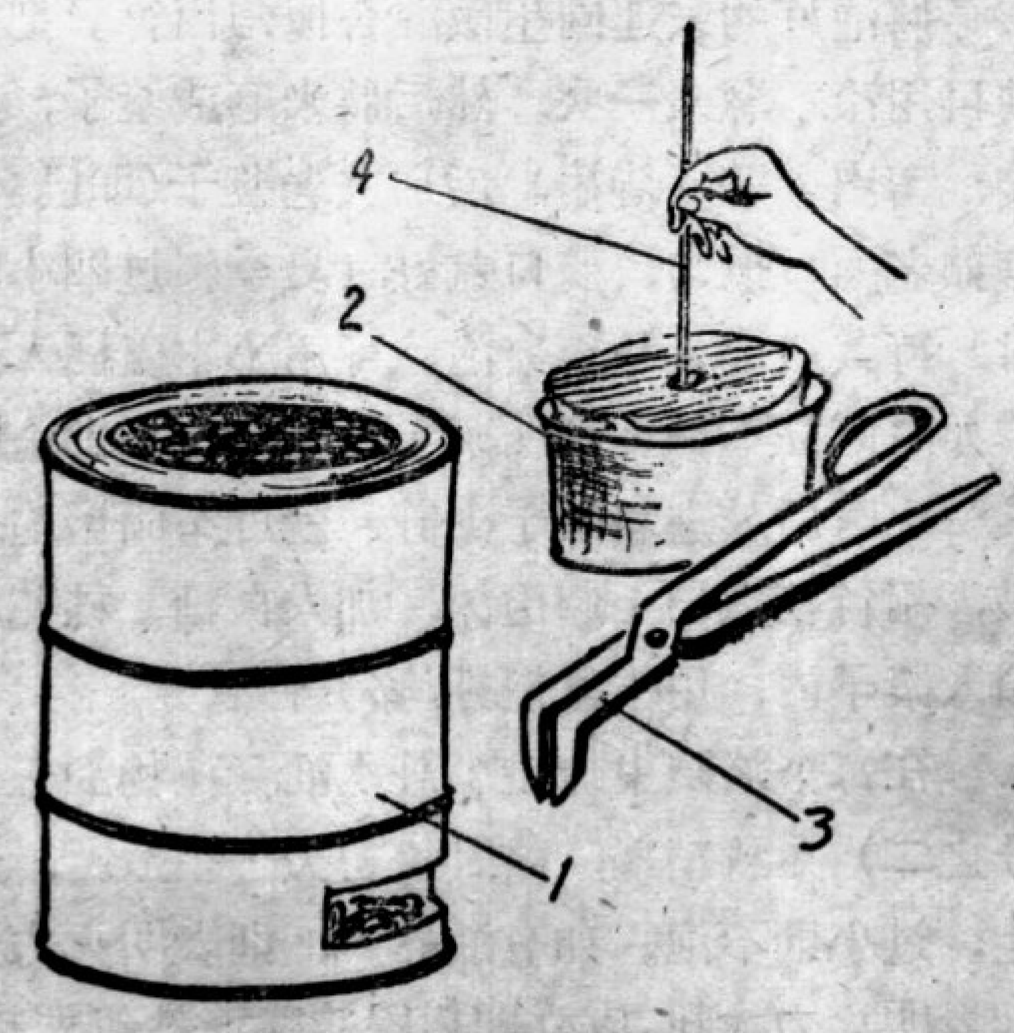


圖 17 烙熨斗糕工具

1.爐子； 2.烙碗； 3.鉄鉗； 4.鉄签

(四) 特　　点

香甜酥脆、富有营养，且容易消化。